المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم
Ministry of Education

قررت وزارة التعليم تدريس
هذا الكتاب وطبعه على نفقتها

المهارات الحياتية

التعليم الثانوي - نظام المسارات
السنة الثالثة

قام بالتأليف والمراجعة
فريق من المتخصصين

طبعة 1447 – 2025

يُوزع مجاناً ولا يُباع

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

ⓒ المركز الوطني للمناهج، ١٤٤٦هـ

المركز الوطني للمناهج

المهارات الحياتية - التعليم الثانوي - نظام المسارات - السنة الثالثة/
المركز الوطني للمناهج. - الرياض، ١٤٤٦هـ

٩٧ ص ؛ ٢١ × ٢٥,٥ سم

رقم الإيداع : ١٨٧٧٦ / ١٤٤٦
ردمك : ٧ - ٠٣١ - ٥١٤ - ٦٠٣ - ٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم
www.moe.gov.sa

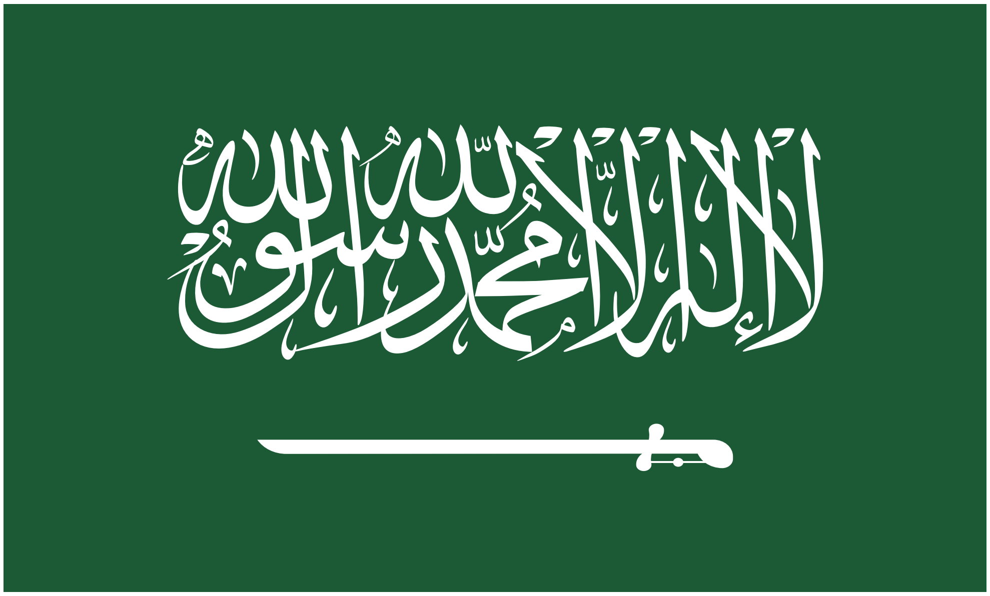
مواد إثرائية وداعمة على "منصة عين الإثرائية"

ien.edu.sa

أعزاءنا المعلمين و المعلمات، والطلاب و الطالبات، وأولياء الأمور ، وكل مهتم بالتربية و التعليم:
يسعدنا تواصلكم؛ لتطوير الكتاب المدرسي، ومقترحاتكم محل اهتمامنا.

fb.ien.edu.sa

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447



خادم الحرمين الشريفين
الملك سلمان بن عبدالعزيز آل سعود
ملك المملكة العربية السعودية

صاحب السمو الملكي
الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز آل سعود
ولي العهد رئيس مجلس الوزراء

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

المقدمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد:

يُعدُّ كتاب المهارات الحياتية عملًا تربويًا، ومنهجًا تعليميًا يضاف إلى ما يُقدَّم للطالب في مجال المعارف والمهارات الأساسية بشكل عام، وفي المهارات التفصيلية بشكل خاص، حيث يهدف إلى إكساب الطالب المعارف والمهارات والاتجاهات الإيجابية التي تساعده في تحقيق جودة حياته، وتُيسِّر له الاندماج الاجتماعيَّ السَّليم.

لقد جاء الكتاب مقسمًا إلى ثلاث وحدات دراسية:

الوحدة الأولى: تتناول دروسًا مرتبطة بالمهارات الشخصية والاجتماعية، وتشمل تحديد الأهداف، وإدارة الصراع في المواقف التي تتطلب المرونة النفسية، وبناء العلاقات، والعمل ضمن الفريق ومهارة التعامل مع الضغوط، وغيرها من المهارات التي تهيِّئ الطالب؛ ليكون فاعلًا ومنتجًا في حياته.

الوحدة الثانية: تشمل دروسًا في كيفية تطوير أساليب تفكير الطلاب، وإكسابهم القدرات والمهارات التي تساعدهم على ممارسة أدوارهم بإيجابية وفعالية داخل محيطهم الاجتماعي.

والوحدة الثالثة: تركز على تنمية مهارة الوعي المجتمعي الذي يُعدّ من الوظائف الأساسية للتعليم، وعن طريقه يكتسب الطالب مقومات الانتماء للوطن؛ فيصبح مواطنًا يحرص على النظام، ويشعر بمسؤوليته في تطبيقه، كما تزوده دروس الوحدة بالقيم والاتجاهات التي ترسِّخ في نفسه قيمة الانتماء، وتعمل على الارتقاء بذوقه العام، وتكسبه مهارات التعامل مع الآخرين واحترامهم، وتفهم وجهات نظرهم، وأهمية المشاركة الفاعلة في البيت والمدرسة والمجتمع.

لقد تناول الكتاب جملة من المهارات الأساسية التي من شأنها زيادة فاعلية الشخصية، وتنمية قدراتها، وعرضها بشكل ميسر؛ ليتحقق الهدف الذي نرجوه جميعًا.

آملين أن يكون مساندًا وداعمًا لنجاح الطالب في التعامل مع متغيرات الحياة المختلفة، وبناء علاقات اجتماعية أساسها البناء والتواصل، والمشاركة في تعزيز رؤية المملكة العربية السعودية 2030. ودافعًا للارتقاء في درجات العلم والمعرفة، ومعينًا على تحقيق الطموحات.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

المهارات الحياتية

المهارات الشخصية والاجتماعية
- مهارة تحديد الأهداف الشخصية
- إدارة الصراع
- التعامل مع الضغوط الحياتية
- المرونة النفسية
- التعاون

مهارات التفكير
- مهارات التفكير الأساسية
- مهارة معالجة الأفكار
- مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرارات

تنمية الوعي المجتمعي
- تطبيق النِّظام والمحافظة على الذَّوق العام
- الوطنية والمواطنة
- المسؤولية الاجتماعية
- التكيف مع الأزمات الاجتماعية
- الترفيه والسياحة

المحتـــــويـــــات

الموضوع	رقم الصفحة
المقدمة	4
الوحـــدة الأولـــى: المهارات الشخصية والاجتماعية	8
الدَّرس الأوَّل: مهارة تحديد الأهداف الشخصية	9
الدَّرس الثَّاني: إدارة الصراع	15
الدَّرس الثَّالث: التَّعامل مع الضُّغوط الحياتيَّة	20
الدَّرس الرَّابع: المرونة النَّفسية	25
الدَّرس الخامس: التعاون	32
مشروع تقويم الوحدة	38
الوحـــدة الثَّانية: مهارات التَّفكير	40
الدَّرس الأوَّل: مهارات التَّفكير الأساسيَّة	41
الدَّرس الثَّاني: مهارة معالجة الأفكار	47
الدَّرس الثَّالث: مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرار	52
مشروع تقويم الوحدة	58

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رقم الصفحة	الموضوع
60	الوحــدة الثَّالثة: تنمية الوعي المجتمعي
61	الدَّرس الأوَّل: تطبيق النِّظام والمحافظة على الذَّوق العام
69	الدَّرس الثَّاني: الوطنية والمواطنة
77	الدَّرس الثَّالث: المسؤولية الاجتماعية
83	الدَّرس الرَّابع: التكيف مع الأزمات الاجتماعية
88	الدَّرس الخامس: الترفيه والسياحة
96	مشروع تقويم الوحدة

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

الوحـــدة الأولـــى
المهارات الشخصية والاجتماعية

أهداف الوحدة:

1. تنمية مهارة تحديد الأهداف الشخصية.
2. التَّعرُّف على المهارات اللازمة لإدارة الصراع.
3. اكتساب مهارة التعامل المناسب مع ضغوط الحياة.
4. اكتساب مهارات المرونة النفسية في التعامل مع مشكلات وصعوبات الحياة.
5. توضيح دور الجانب الاجتماعي في التفاعل والاندماج مع الآخرين.

موضوعات الوحدة:

1. مهارة تحديد الأهداف الشخصية.
2. إدارة الصراع.
3. التعامل مع الضغوط الحياتية.
4. المرونة النفسية.
5. التعاون.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

الدَّرس الأوَّل: مهارة تحديد الأهداف الشخصية

أهداف الدَّرس:

- أن أعرف مفهوم مهارة تحديد الأهداف.
- أن أحدد خطوات رحلة تحديد الأهداف.
- أن أستنتج فوائد تحديد الأهداف.

مفاهيم الدَّرس

- تحديد الأهداف (Goal Setting)

إن الكون الذي بُني وفق نظام دقيق، والإنسان الذي خُلِق في أحسن تقويم، لابد أن يكون وراء خلقهما هدف عظيم وغاية عظمى، قال تعالى: ﴿ هُوَ أَنشَأَكُم مِّنَ ٱلۡأَرۡضِ وَٱسۡتَعۡمَرَكُمۡ فِيهَا ﴾[1]، لذا فإن إضاعةَ الإنسان وقته وهدره لطاقته، وبقائه في دائرة الفراغ يبدد عزيمته، ويضعف قدرته على تطوير نفسه ومجتمعه. ولو تأملنا سير الناجحين في الحياة لاكتشفنا سر تميزهم، يقول الحسن البصري -رحمه الله- عن عمر بن عبد العزيز -رحمه الله-:(ما ظننت عمر خطا خطوة إلا وله فيها غاية)، فليكن لكل منَّا رسالة سامية في هذه الحياة؛ لننشر من خلالها السلام والخير والفضيلة.

مفهوم مهارة تحديد الأهداف:

هي التفكير بشكل مركز؛ لتحديد الغاية من أداء الأعمال والمهام التي نرغب القيام بها؛ للوصول إلى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها.

فائدة

"حتى تكتشف ذاتك، ابدأ بالتفكير في نفسك"

سقراط

(1) سورة هود آية رقم (61).

نشاط 1

قـــرر مالك مؤسســـة تجارية في مدينة الرياض إنشـــاء مركز تجـــاري ضخم، في مدينـــة الدمام وفق خطـــة زمنية وميزانيـــة مخصصة، وروعي فيهـــا مرونة تطبيق المـــشروع في مدينة أخرى مســـتقبلًا، ويطمح رجل الأعـــمال أن يحقق المركـــز التجاري الآتي:

- استثمار أمواله وزيادة رأس مال شركته.
- تقديم خدمات متنوعة لمرتادي المركز (ترفيهية، تسويقية، تثقيفية).
- إنجاز نموذج معماري مميز في هذه المدينة.
- زيادة فرصٍ العمل وتوطين الوظائف في مؤسسته.

ســـاعد رجل الأعمال في تحقيق اســـتثمار مميز، واقترح مدينـــة أخرى من مدن المملكـــة يمكن تطبيق المشروع فيها مســـتقبلًا، ثم اكتب مـــا تطمح أن يحققه هذا المشروع الاســـتثماري.

....

....

....

....

....

إثراء

بدعم ورعاية خادم الحرمين الشريفين حفظه الله، أُطلقت رؤية المملكة 2030، وهي رؤية سمو ولي العهد رئيس مجلس الوزراء لمستقبل هذا الوطن العظيم، التي تسعى لاستثمار مكامن قوّتنا التي حبانا الله بها، فالموقع الإستراتيجي المتميز، قوة استثمارية رائدة، وعمق عربيّ وإسلاميّ؛ ولذلك تولي القيادة كل الاهتمام، وتسخّر كل الإمكانات لتحقيق أهدافنا الطموحة.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رحلة تحديد الأهداف:

تتطلب رحلة تحديد الأهداف القيام بمجموعة من العمليات المترابطة.

1	2	3	4	5
تحديد الأهداف	تجزئة الهدف العام إلى أهداف مرحلية	إعادة ترتيب الأهداف	تحديد الإجراءات والوسائل؛ لتحقيق الهدف	التحقق والمتابعة والتقويم

يوضح المثالان الآتيان عمليات تحديد الأهداف:

تحديد الأهداف	تجزئة الهدف العام إلى أهداف مرحلية	إعادة ترتيب الأهداف	تحديد الإجراءات والوسائل؛ لتحقيق الهدف	التحقق والمتابعة والتقويم
المثال الأول: تطوير القدرات المهنية للالتحاق ببرنامج الملك سلمان للابتعاث.	• إعداد وتهيئة برامج لإعداد مدربين. • تحديد الأوقات الملائمة.	• يعاد ترتيب الأهداف الخاصة حسب أولوياتها والزمن المتاح والإمكانيات المتاحة.	• العمل على إنشاء معاهد تقنية. • طباعة مطويات توجيهية.	• يتم متابعة الإجراءات ومدى فعاليتها ووضع خطط بديلة في حال تعذر أي وسيلة، أو الإخفاق في أي هدف خاص.
المثال الثاني: إنشاء مشروع ريادي صغير	• التهيئة والاستعداد. • إعداد خطة تنفيذية تفصيلية للمشروع. • تحديد مؤشرات الربح والخسارة. • تحسين ومعالجة نتائج مؤشرات الربح والخسارة.	• تحديد الأولويات	• تحديد فكرة المشروع. • دراسة جدوى للمشروع. • وضع خطة عمل للمشروع. • تحديد مصادر التمويل. • الوعي بالإجراءات القانونية. • بناء فريق العمل. • وضع إستراتيجية التسويق.	

فوائد تحديد الأهداف:

1. زيادة التركيز.
2. تحسين الأداء وتطويره.
3. التغلب على الضغوط والتسويف.
4. الشعور بالرضا والسعادة.

نشاط 2

قال تعالى: ﴿هُوَ ٱلَّذِى جَعَلَ لَكُمُ ٱلْأَرْضَ ذَلُولًا فَٱمْشُوا۟ فِى مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا۟ مِن رِّزْقِهِۦ ۖ وَإِلَيْهِ ٱلنُّشُورُ﴾[1]

في ضوء الآية الكريمة، وضِّح أهداف المسلم في حياته وفق المنظم الآتي:

يهدف المسلم في حياته إلى:

ما تحتاج إليه لاكتساب مهارة تحديد الأهداف:

قدرة على التركيز المباشر والتحديد الواضح للأهداف.	قدرة على تنمية الذات والتخطيط لإدارة الوقت.	قدرة على توقع النتائج وتقييمها.	قدرة على صنع القرار واتخاذه.

(1) سورة الملك آية رقم (15).

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

فكِّر

كيف تحسن مستوى تحقيقك لأهدافك الشخصية؟

تنبيه

هناك من يسعى لتحقيق أهداف أكبر من قدراته وإمكاناته وظروفه؛ لذا يفشل ويصاب بالإحباط، لهذا من المهم أن تكون الأهداف واقعية ويمكن تحقيقها وفقاً لقدراتك ومهاراتك.

نشاط 3

ينخرط الطلاب في المدارس؛ ليكتسبوا المهارات والمعلومات خلال رحلة تعلمهم وانتقالهم من مرحلة لأخرى، ولكل منهم هدف من الحصول على الشهادة، من خلال اطلاعك على موقع وزارة التعليم:

- ارصد أهداف الثانوية العامة - نظام المسارات- للطلاب.

....

....

- صنِّف الأهداف التي رصدتها من الجوانب: المادية، والمهنية، والدينية، والاجتماعية.

....

....

- حدد الهدف المناسب لقدراتك وإمكاناتك.

....

....

التقويم

1. اختر الإجابة الصحيحة من الإجابات المتعددة الآتية:

تتطلب عملية تجزئة الهدف العام إلى أهداف مرحلية:

أ. تحديد الأوقات الملائمة. (   )

ب. إعادة ترتيب الأهداف حسب الأولوية. (   )

ج. قراءة مطويات توجيهية. (   )

د. تحديد الأهداف التفصيلية. (   )

2. أحمد شاب جامعي طموح ولديه خطة عمل؛ لإنشاء مشروع يختص بتطوير الهواتف الذكية وتطبيقاتها التقنية.. ساعد أحمد في تحديد الأهداف؛ بشكل يساعد على تحقيقها وفق المنظم الآتي:

1	2	3	4	5
....	....	....	....	....
....	....	....	....	....

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

الدَّرس الثَّاني: إدارة الصراع

أهداف الدَّرس:

- أن أعرف مفهوم الصِّراع.
- أن أحدد أسباب الصِّراع.
- أن أستعرض مظاهر الصِّراع.
- أن أقارن بين أنواع الصِّراع الذاتي.
- أن أكتشف المهارات الأساسية لإدارة الصِّراع.

مفاهيم الدَّرس

- الصِّراع (Conflict)

الصِّراع من الظواهر الاجتماعية التي تحدث نتيجة مجموعة من الضغوط النفسية، والعوامل الاجتماعية والسياسة والاقتصادية والثقافية المختلفة، والصِّراع بشكل عام يحدثُ نتيجة وجود تعارض في المصالح أو الآراء؛ مما يدفع كل طرف من الأطراف المتصارعة للدفاع عن رأيه والعمل على الانتصار له.

مفهوم الصِّراع:

يعرّف الصراع إجرائيًا بأنه عمل مقصود من طرف ما؛ يؤثر سلبًا على قدرة الطرف الآخر، ويعيق تحقيق أهدافه وخدمة مصالحه. ويُعدُّ الصِّراع من الأمور التي نواجهها في حياتنا مثل: الصراع الذي يحدث داخل الأسرة بين الإخوة والأخوات، أو بين الأصدقاء في المدرسة، أو بين الزملاء في العمل.

أسباب الصِّراع:

من أهم مسببات الصراع الآتي:

1. سوء الفهم نتيجة ضعف التواصل مع الآخر.
2. التعصب للرأي.
3. اختلاف الأهداف والحاجات.
4. ضغط العمل.
5. تعارض المصالح.
6. سوء التنظيم.
7. التمييز في الأسرة أو بيئة العمل.

مظاهر الصِّراع:

يأخذ الصِّراع عدة مظاهر أبرزها ما يأتي:

1. حدَّة في الصوت.
2. انفعال عند النقاش والحوار.
3. التلفظ بألفاظ نابية (غير مناسبة).
4. التحول من مناقشة الأفكار إلى التَّعرض للسمات الشخصية.
5. تكوين اتِّجاه سلبي نحو الطَّرف الآخر.

إثراء

تقوم النظرة الحديثة للصراع على الافتراضات الآتية:

- الصراع حالة يمكن تجنبها.
- انعكاس طبيعي للتجديد.
- إدارة الصراع ممكنة.
- الحد الأدنى من الصراع أمر ضروري.

أنواع الصِّراع الذَّاتي:

أولًا: صراع الأهداف:

قسم العلماء صراع الأهداف كالتَّالي:

1. صراع بين الأهداف الإيجابية (صراع إقدام -إقدام)، ويكون بين هدفين مرغوب فيهما بالدرجة نفسها، ولا يمكن تحقيقهما معًا.
2. صراع بين هدفين متعارضين: أحدهما إيجابي والآخر سلبي (صراع إقدام – إحجام)، فالإيجابي يكون بأخذ مصلحة لنا ويتعين علينا تحقيقه، والآخر سلبي يتعين علينا تجنُّبه وعدم القيام به.
3. صراع بين الأهداف السلبية (صراع إحجام – إحجام)، ويكون بين هدفين سلبيين وغير مرغوب فيهما، ويلزم اختيار أحدهما على الرغم من عدم الرغبة في أي منهما.

ثانيًا: صراع الدّور:

يظهر هذا النوع نتيجة؛ لتعدد الأدوار، وما يترتب عليها من مهام ومسؤوليات في الحياة اليومية، فالفرد في الأسرة يمارس دور الأب، وفي العمل يمارس دور الموظف، وفي الطريق يمارس دور قائد المركبة...إلخ، وقد ينتج عن هذه الأدوار المتعددة شيء من التناقض والاختلاف في السلوك نتيجة تداخل الأدوار؛ مما يحدث صراعًا بين الأدوار.

مهارات إدارة الصِّراع:

للتعامل مع الصِّراع الذي نواجهه في حياتنا مهارات أساسية ينبغي التحلي بها، وهي:

- القدرة على تقبُّل الاختلاف.
- استخدام الحوار لتقريب وجهات النظر.
- التعامل مع المواقف بشيء من الحكمة.
- البحث عن حل وسط وقاعدة مشتركة عند وجود مشكلة.
- معاملة الآخر كما نحب أن نُعامل.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

وحتى تتحقق تلك المهارات في الفرد ينبغي أن يكون قادرًا على:

- الاستماع الحسن.
- التحكم في الغضب.
- احترام الرأي الآخر.
- العمل ضمن فريق.
- التماس الأعذار وحسن الظن.
- الصبر.
- التواصل الجيد والتفاعل الإيجابي مع الآخرين.
- التفاوض والمناقشة.
- كظم الغيظ.

نشاط 1

الموقف الأول:

يكبر أيمن أخته الوحيدة هند بسنتين، ويزعجه أن والديه يمنحان أخته المزيد من الاهتمام والدلال، ولا يرفضان لها طلبًا؛ وكثيرًا ما ينتهي حواره مع أخته المدللة بالصراخ واستخدام الألفاظ الحادة.

الموقف الثاني:

يعمل أحمد في شركة خاصة، وغالبًا ما يشعر أن مديره لا يعامله بعدالة عند توزيع الأعمال بينه وزملائه، ويخص المقربين منه بالامتيازات والمكافآت؛ مما زاده ضيقًا وانزعاجًا، وشعورًا مضاعفًا بضغط العمل؛ لأجل ذلك يرغب أحمد في مواجهة مديره ومصارحته بما يشعر به.

أحلِّل مع مجموعتي الموقفين السابقين من الجوانب الآتية:

- مشاعر الصِّراع الموجود.

....

- نتيجة تلك المشاعر.

....

- معالجة الصِّراع.

....

نشاط 2

بعد أن تعرَّفت على مهارات الصِّراع تأمل أسلوب الخطاب في العبارات الآتية، موضحًا أثره.

1. في فناء المدرسة:
[كان أسلوبك معي متعاليًا... لا أريد أن أسمع منك، أو أراك بعد الآن].

....

....

2. في الشركة:
[إن لم تغير أسلوبك في التعامل مع الزبائن؛ فسأخصم من راتبك كخطوة أولى من العقاب].

....

....

3. في السوق المركزي:
[أنتم تظنون أننا مغفّلون، أسعار منتجاتكم أصبحت غير طبيعية! هذه سرقة علنية، سأبلّغ عنكم الإدارة المختصة].

....

....

التقويم

1. حدِّد نوع الصِّراع الذَّاتي في العبارات الآتية:

أ – محمد تخرج من الصف الثالث ثانوي مسار إدارة الأعمال، وقدَّم على جهات عدة؛ فحصل على قبول في كلية إدارة الأعمال في جامعة الملك سعود بمدينة الرياض، كما صدرت له الموافقة -في الوقت نفسه -على طلب الالتحاق ببرنامج خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز مسار البحث والتطوير.

....

ب - سارة طالبة بالصف الثالث ثانوي مسار عام، تأكد قبولها في برنامج تدريبي احترافي في إدارة الفعاليات الموسمية، وتزامن ذلك مع ترشيحها؛ لتكون عضوة في تنظيم فعالية على مستوى المملكة العربية السعودية، وهي تعلم بقرب اختبارات نهاية العام الدراسي.

....

2. اكتب موقفًا تعرضت له سابقًا في حياتك اليومية، وشعرت فيه بوجود صراع. ثم حلله موضحًا ما يأتي:

أ- كيف شعرت بوجود الصراع في الموقف؟

....

....

ب- حدد مظاهر الصراع في موقفك.

....

....

ج- ما المهارات الأساسية التي استعنت بها لحل الصراع؟

....

....

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

الدَّرس الثَّالث: التَّعامل مع الضُّغوط الحياتيَّة

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم الضُّغوط الحياتيَّة.
- أن أحدِّد مصادر الضُّغوط الحياتيَّة.
- أن أستعرض طرق التعامل مع الضُّغوط الحياتيَّة.

مفاهيم الدَّرس

- الضُّغوط الحياتيَّة (Life Pressures)

يتعرض الإنسان في هذه الحياة إلى ضغوط اجتماعية ونفسية قد تؤثر عليه، قال تعالى: ﴿ لَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ فِى كَبَدٍ ﴾ [(1)] ولكنه يستطيع بما أنعم الله عليه أن يتكيف ويتفاعل مع هذه الضغوط، بحيث يتمكن من التغلب عليها، قال تعالى: ﴿وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجْعَل لَّهُۥ مَخْرَجًا ﴾ [(2)]. فالضغوط تشكل جزءًا طبيعيًا من الحياة اليومية، كما أن الطريقة التي نتعامل بها مع المواقف الضاغطة تؤثر في حياتنا، وصحتنا الجسدية والنفسية وعلى اتجاهاتنا في الحياة؛ لذا تتأكد أهمية تنمية المهارات التي تساعدنا على التكيف مع المواقف الضاغطة وإدارة حياتنا بشكل أفضل.

مفهوم الضُّغوط الحياتيَّة:

هي مجموعة القوى الدَّاخلية والخارجيَّة التي تؤدِّي استجابة انفعالية حادة ومستمرة.

نشاط 1

"واجه ضغــوط الحياة وجهًــا لوجه، وتعامل معهــا من منطلق الاستطاعة".

وضح رأيك الشَّخصي في العبارة السابقة:

....

....

(1) سورة البلد آية رقم (4).

(2) سورة الطلاق آية رقم (2).

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

مصادر الضُّغوط الحياتيَّة:

تعـــددت وجهات نظر علـــماء الاجتماع، وعلماء النفس حول مصادر شـــعور الفـــرد بالضغوط الحياتيـــة، فالفرد عادة ما تتعـــرض حياته اليومية لأنـــواع عديدة من الضغـــوط الاقتصادية والنفســـية والاجتماعية، فمنها:

1. **مصادر داخلية:**

هي المصادر الداخلية في المعتقدات والأفكار والانفعالات التي يستقبل بها الإنسان ما يمر به من أحداث وتشمل: الإصابة بالأمراض، الشعور بالوحدة، التغيرات الفسيولوجية.

2. **مصادر خارجية:**

هي الأحداث الخارجية في البيئة المحيطة بالفرد، والتي أدت إلى الشعور بالضغوط وتشمل: المشكلات المالية، المشكلات الأسرية، الازدحام، مشكلات العمل.

فائدة

المصادر الخارجية مثل العمل والخلافات الأسرية.
والمصادر الداخلية مثل التغيرات في المزاج والصداع.

3. **مصادر خارجية وداخلية:**

حيث تتفاعل الأحداث الخارجية والداخلية معًا لإحداث نمو الشعور بالضُّغوط الحياتيَّة.

كيف نواجه الضغوط الحياتية؟

تستطيع أن تواجه الضغوط بأقل قدر ممكن الخسائر إذا التزمت بالآتي:

أولاً: الإيمان بالقدر خيره وشره.

يترسخ الإيمان بالمعرفة والوعي، وأن تعرف أن الضغوط والأزمات والشدائد بل والكوارث هي قدر محتوم، وأن من سنة الحياة التعرض لهذه الضغوط، وأن الله قد خلق الإنسان في كبد ومشقة، والإيمان بالله وبالقدر خيره وشره، يخلق حالة من الرضا والأمان والاطمئنان والتقبل والإذعان.

ثانيًا: الصلاة.

تقوي الصلاة دافعية المسلم وإرادته، وتنقله إلى حالة من الأمان والاطمئنان والأمل، وتجعله يضع المشكلة في حجمها الطبيعي. فالمؤمن يأخذ بالأسباب ويتوكل على الله.

ثالثًا: إدارة المشاعر:

هي القدرة على إدراك الفرد لمشاعره، وكذلك فهم مشاعر الآخرين، وتقبل تلك المشاعر والسيطرة عليها. والقدرة على إظهار المشاعر بشكل صحيح.

فائدة

من علامـــات فقدان إدارة المشـــاعر، أن الشـــخص يندم كثيرًا لقوله أشـــياء لم يقصد قولها لأشـــخاص يحبهم.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رابعًا: الاسترخاء:

يجب أن يدخل الإنسان نفسه وجسده في حالة استرخاء بعيدًا عن التوتر والغضب؛ لأن التوتر والغضب يسهم في:

- تشتت في الفكر.
- اضطراب الذاكرة.
- الاضطراب الانفعالي.
- اضطراب النوم.
- اضطراب الطعام.
- سوء العلاقة بالنفس.
- اضطراب العلاقة بالآخر.
- اليأس والتشاؤم.
- فقدان الإرادة.
- ضعف الدافعية للفعل.
- التفكير السلبي.

خامسًا: ممارسة الرياضة:

أثبتت العديد من الدراسات أهمية ممارسة الرياضة بشكل منتظم؛ لأنها توجه طاقة الإنسان إلى ما يعود عليه بالنفع؛ فهي تعمل على زيادة إمداد المخ بالأكسجين بما يساعده على القيام بجميع الأنشطة، من تفكير وتصور وتخيل، وانتباه وحفظ وفهم. كما أن لها دورًا هامًا في زيادة كفاءة عمل القلب، الذي يقوم بدوره في زيادة كمية الدم التي يضخها إلى أجهزة الجسم؛ لتقوم بوظائفها كافة، مما ينعكس إيجابا على نفسية الإنسان.

سادسًا: حاول أن تتعامل مع أفكارك السلبية:

وذلك من خلال الآتي:

- احرص على تكرار العبارات الإيجابية.
- تعامل مع مواقف الحياة وفقًا لأولويات محددة.
- التزم الاعتدال في جميع أمورك.
- حدد أهدافك التي تتفق مع إمكانياتك.

إثراء

يهدف تطبيق (قريبون) إلى تقديم الاستشارات النصية النفسية التي يشرف عليها كادر عمل متخصص. كما يشتمل التطبيق على مكتبة متكاملة تحتوي معلومات لا حصر لها عن الصحة النفسية بأحدث الوسائل والطرق، كالمواد النصية، والأنفوجرافيك، والمحتوى المرئي (الفيديو).

سابعًا: العلاج النَّفسي:

هو استخدام الأساليب النفسية من قبل المعالج النفسي، وبتفاعل منظم بهدف تقديم المساعدة؛ للتغلب على المشكلات النفسية بطريقة علمية تخفف من السلوكيات والمعتقدات والأفكار المزعجة وتحسن العلاقات والمهارات الاجتماعية، عن طريق وضع خطة علاج معرفية سلوكية، ودوائية. في بعض الحالات التي تحتاج إلى أدوية.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 2

ما التصرف السَّليم تجاه موقف حصل من أحد زملائك في المدرسة، وسبب لك ضغطًا نفسيًا؟

....

....

نشاط 3

بالتعاون مع أعضاء مجموعتك بالصف:

استعرض فيديو تعريفي بخدمات مركز من مراكز الاستشارات النفسية والأسرية بالمملكة العربية السعودية من خلال إحدى قنوات التواصل الاجتماعي، وناقش أهم برامج وخدمات الرعاية النفسية والاجتماعية المقدمة لأفراد المجتمع.

التقويم

1. اكتب أربع عبارات توضح مفهوم الضغوط الحياتية.

....

....

....

....

2. اربط كل عبارة في المجموعة (أ) بما يناسبها من المجموعة (ب).

مجموعة (أ)
مصادر داخلية.
مصادر خارجية وداخلية.
مصادر خارجية.

مجموعة (ب)
مشكلات الازدحام المروري.
نوع السكن (ملك - إيجار).
سرعة الغضب.
الصيام.
سماع خبر محزن ومؤثر على الحالة الانفعالية والمزاجية.

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

الدَّرس الرَّابع: المرونة النَّفسية

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم المرونة النفسية.
- أن أحدد مراحل المرونة النفسية.
- أن أحلل صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية.
- أن أكتشف أبعاد المرونة النفسية.
- أن أستعرض علاقة المرونة النفسية بالصحة النفسية.

مفاهيم الدَّرس

- المرونة النفسيَّة. (Psychological Flexibility)

المرونة النفسية تتضمن العديد من السلوكيات والأفكار، والاعتقادات والأفعال والإجراءات التي يمكن تطويرها عند الفرد، من خلال معالجة الأزمات والتعامل معها على أساس من القيم والمبادئ والقناعات، بدلاً من الانفعال والعجلة في التصرف تحت تأثير المشاعر المتولدة خلال الأزمة وما تثيره من ردود الفعل، التي تكون قصيرة المدى ومرتبطة بحدث معين، وغالبًا ما تزول بزواله.

مفهوم المرونة النفسية:

هي إدراك تام للعواطف والمشاعر والأحاسيس بما فيها المشاعر السلبية أو غير المرغوب بها، وهي تمثل القدرة على التكيّف مع الشدائد أو الصدمات، أو التهديدات أو أي مصدر للتوتر بما في ذلك المشكلات الأسرية، أو المشكلات الصحية الخطيرة، أو ضغوطات العمل أوالضغوط المالية، وعلى هذا الأساس حدد عالمان من علماء النفس وهما:"كاشدان" و"روتربرج" المرونة النفسية كمقياس لطريقة تكيف الشخص مع المتطلبات الظرفية المتقلبة، ومن الأمثلة على الصعوبات التي قد تواجهنا في رحلة الحياة، ونحتاج إلى التمتع بقدر من المرونة النفسية؛ لتجاوزها:

1. المشكلات الاجتماعية، مثل الطلاق أو الانفصال.
2. فقدان الوظيفة.
3. الضغوط المالية.
4. المشكلات الصحية الخطيرة.
5. وفاة أحد المقربين.
6. الكوارث الطبيعية.
7. الحوادث الصادمة كالحوادث التي قد تؤدي إلى الإصابة بصدمة نفسية.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 1

بالتعاون مع مجموعتك، دوّن صعوبات أخرى تواجهنا في رحلة الحياة:

1- .... **2-** .... **3-** ....

4- .... **5-** .... **6-** ....

مراحل المرونة النفسيّة:

يرى الخبراء في علم النفس أنّ السّلوك المرن متغير ومتجدد (ديناميكي)، ويمرّ بمراحل دفاع عديدة تهدف إلى الوقوف في وجه المسارات السلبيّة، وهذه المراحل هي:

1. يرفض الشخص المرن الاستسلام للشعور السلبي للكارثة التي يمرّ بها.
2. يتولد في نفسه شعور التحدّي والرّغبة في الخروج من هذه المشكلة.
3. يبني لنفسه صورة ذاتيّة قويّة من أجل حمايتها من الشفقة التي قد يشعر بها من بعض الأشخاص المحيطين.
4. يميل الشخص المرن إلى تطوير نوع من السخريّة والحس الفكاهي؛ للتخفيف من حدة المشكلة، ولكي لا يغرق في الحزن ولا ينظر إليه كضحيّة.

نشاط 2

اكتب حلولًا من واقعك الاجتماعي، توضح مدى تكيفك النفسي مع الازدحام المروري في المدن الكبيرة:

....

....

....

....

....

صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية:

1. الاستبصار، أي القدرة على التَّواصل بين الذَّات والآخرين.
2. الإبداع والتحدي، وتخيل تطور الأحداث بشكل إيجابي؛ لصناعة القرارات.
3. روح الدُّعابة وإدخال السرور في النفس.
4. القدرة على تكوين علاقات.
5. امتلاك الصحة النفسية الجيدة.
6. التمتع بنظرة إيجابية عالية.
7. القدرة على تحمل المسؤولية.
8. قبول النقد البناء.
9. التعلم من الأخطاء.
10. التسامي الأخلاقي.

نشاط 3

1. طبق المقياس الآتي؛ للتعرف على مدى تقديرك لذاتك، بوضع دائرة على رقم المقياس المناسب حسب وجهة نظرك.

الرقم	الفقرة	موافق جداً	موافق بدرجة منخفضة	بين الموافقة وعدمها	غير موافق بدرجة منخفضة	غير موافق بشدة
1	في المجمل أنا راضٍ عن نفسي.	4	3	2	1	0
2	أعتقد أحيانًا أنني جيد في كل شيء.	4	3	2	1	0
3	أشعر أن لدي العديد من الأمور الجيدة.	4	3	2	1	0
4	أنا قادر على أن أقوم بأمور جيدة مثل الآخرين.	4	3	2	1	0
5	أشعر أنه ليس لدي أشياء أخجل منها.	4	3	2	1	0
6	أشعر بأني عديم الفائدة في بعض الأحيان.	4	3	2	1	0
7	أتمنى أن يكون احترامي لنفسي أكثر.	4	3	2	1	0
8	أشعر بالفشل.	4	3	2	1	0
9	لدي اتجاه إيجابي نحو نفسي.	4	3	2	1	0
10	أشعر أنني شخص له قيمة مثل الآخرين.	4	3	2	1	0

2. التصحيح والتفسير :

- **اجمع درجاتك وكلما كانت درجاتك عالية دل ذلك على تقديرك لذاتك.**

(10 - 0)	(20 - 10)	(30 - 20)	(40 - 30)
تقدير ذات منخفض	تقدير ذات متوسط	تقدير ذات فوق المتوسط	تقدير ذات عال

أبعاد المرونة النفسية:

إن المرونة النفسية تشمل بعدين أساسيين:

- **البعد الأول:** التعامل.

وتظهر هذه المهارة عند التعامل مع الصعوبات والمخاطر، وكل ما يشكل خطرًا على الفرد في حياته اليومية.

- **البعد الثاني:** التَّكيف.

التَّكيف عملية ديناميكية مستمرة، يلجأ إليها الفرد لكي يغيِّر من سلوكه؛ وليحدث علاقة أكثر توافقًا وتوازنًا مع البيئة.

المرونة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية.

تؤدي المرونة النفسية دورًا هامًا في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات، والمواقف الضاغطة التي تواجهه في حياته؛ وحتى تكون شخصًا قادرًا على التكيف مع أزمات الحياة، ولديك مرونة نفسية بدرجة مقبولة، يمكنك القيام بما يأتي:

- **عزز تواصلك مع الآخرين:**

تعد العلاقات التي نكوّنها مع الأشخاص الإيجابيين عاملًا مساعدًا في بناء المرونة النفسية؛ لأن التواصل معهم يجعلك تشعر بأنك لست وحيدًا في مواجهة الأزمات؛ لذلك أحط نفسك بالأشخاص الجديرين بالثقة، الذين يقدرون مشاعرك، ويعطونك النصيحة الصادقة.

> **فائدة**
>
> **المرونة النفسية ليست قوة خارقة أو نادرة، بل موجودة في الواقع، ونلاحظ وجودها وتأثيرها على الأشخاص العاديين، كما أن أي شخص يمكنه اكتسابها وتنميتها؛ لذا يجب النظر إلى المرونة النفسية على أنها عملية نضج وليست صفة، فهي عملية فردية نسعى من خلالها لمعرفة ذواتنا وقدراتنا المتميزة.**

- **حافظ على صحة جسمك:**

اهتم بجسمك؛ لأنه هو الذي يقوم بالوظائف التي تحتاجها؛ لتكون قادرًا على ممارسة نشاطاتك وتعزيز جوانب الصحة المختلفة، التي تشمل الاهتمام بالصحة العقلية؛ لما لها من تأثير على صحة الجسد، لذا فإن اتباع نمط حياة إيجابي يتضمن

التغذية السليمة، والنوم الكافي، وشرب المقدار المناسب من الماء، والتمارين الرياضية المنتظمة يقوي جسمك ويجعله قادرًا على التكيف مع التوتر، ويقلل من عبء المشاعر السلبية مثل القلق أو الاكتئاب.

- **اختر أهدافًا متعدية النفع:**

مساعدة من يحتاج إليك من الناس، كالمسنين أو المشردين أو الفقراء، أو الأصدقاء، تشعرك بالسعادة وتعزز من تقديرك لذاتك، كأنك حققت هدفًا، ويوثق تواصلك مع ذاتك الداخلية ومع الآخرين؛ فتشعر بالرضا وتضع أساسًا للمرونة النفسية لديك.

- **عزز الأفكار الإيجابية والصحية:**

اجعل مسار تفكيرك إيجابيًا؛ لأن ذلك سيؤثر على طريقة تعاملك مع الأحداث في حياتك، كما أن طريقة تفكيرك يمكن أن تلعب دورًا مهمًا في تكوين الشعور الذي يتولد لديك تجاه موضوع ما، وكذلك في مدى مرونتك عند مواجهة العقبات، لذا كن أكثر توازنًا وواقعية.

فائدة

أن الذين يتسمون بدرجة عالية من المرونة النفسية هم ذووا تحكم داخلي، ينسبون إنجازاتهم وإخفاقاتهم وقراراتهم إلى جهودهم، وقراراتهم الشخصية وقناعاتهم بأن أمر المؤمن كله خير . وفي المقابل فإن ذوي التحكم الخارجي ينسبون ذلك إلى الحظ والصدفة وسلطة الآخرين.

- **اطلب المساعدة المتخصصة:**

اعلم أن الحصول على المساعدة عندما تحتاج إليها أمر بالغ الأهمية، فهي تساعدك في بناء قدرتك على الصمود والمرونة النفسية مستقبلًا. فالإنسان قد يتعثر خلال رحلة حياته، وتعترض طريقه العديد من الصعوبات والمشكلات، ويلجأ الفرد الواعي إلى الطريقة الصحيحة؛ لتجاوز تلك الأزمة وذلك بطلب المساعدة النفسية من متخصص أو معالج نفسي يساعد في اختيار إستراتيجية مناسبة وتطويرها؛ لمعالجة المشكلة واستثمارها؛ لتقوية جوانب الشخصية.

التقويم

1. تأمل المواقف الآتية، ثم حدد ثلاثة أفكار تمثل المرونة النفسية:

الموقف		الأفكار التي تمثل المرونة النفسية
ألتمس العذر لصديقي عندما يتأخر عن الموعد المحدد للذهاب معي للنادي؛ بسبب ظروفه الخاصة، وأمارس هوايات أخرى أنتمي إليها.	1	
	2	
	3	
يوجد طرق عدة لاستمرار الدراسة أثناء حدوث التقلبات المناخية.	1	
	2	
	3	
أبادر بإلقاء تحية الإسلام على جميع من في الصف دون تحيز لأحد منهم.	1	
	2	
	3	
سيطرت على حزني لعدم قبولي في الجامعة، والتحقت ببرنامج تدريبي في أحد المراكز المعتمدة وبعد ذلك، خططت لإنشاء مشروع صغير.	1	
	2	
	3	

2. تأمل صفات أشخاص يتمتعون بالمرونة النفسية، وتعاون مع مجموعتك؛ لتحليل أربع صفات في شخصية المرن نفسيًا وفق المنظم الآتي:

(أ) سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية في أسرتك

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

(ب) سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية في مدرستك

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

(ج) تحليل سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية من مجتمعك المحلي

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

(د) تحليل سمات شخصية تتمتع بالمرونة النفسية من العالم

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

الدَّرس الخامس: التَّعاون

أهداف الدَّرس:

- أن أعرّف مفهوم التعاون.
- أن أعدِّد فوائد التعاون.
- أن أعرّف مفهوم العمل ضمن فريق.
- أن أستنتج عوامل نجاح فريق العمل.

مفاهيم الدَّرس

- التعاون. (Collaboration)
- العمل ضمن فريق. (Working in Teams)

إن التعاون خلق عظيم، حث عليه الإسلام، ودعانا في مواضع كثيره بشكل مباشر وغير مباشر للتخلق به، قال تعالى: ﴿وَتَعَاوَنُوا۟ عَلَى ٱلْبِرِّ وَٱلتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا۟ عَلَى ٱلْإِثْمِ وَٱلْعُدْوَٰنِ ۚ﴾[1] وقال تعالى: ﴿قَالَ مَا مَكَّنِّى فِيهِ رَبِّى خَيْرٌ فَأَعِينُونِى بِقُوَّةٍ أَجْعَلْ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ رَدْمًا﴾[2] إن العمل ضمن فريق صورة من صور تفعيل مهارة التعاون، ولا شك أنها من أكثر المهارات أهمية في حياتنا اليوم، بل أصبحت من أبرز الممارسات الدالة على تميز الأعمال وجودتها على المستوى المؤسسي أو الاجتماعي. مما أكد أهمية المشاركة ضمن فريق؛ لتحقيق هدف محدد. وأن الفرد لا يستطيع وحده عمل كل شيء.

تعريف التَّعاون:

تفاعل إيجابي بين اثنين أو أكثر، بحيث يكون كل منهم مستعدًا للمشاركة في سبيل إنجاز أمر ما متفق عليه، ويأتي غالبًا في صورة مبسطة ومحدودة النطاق.

فائدة

نسبة كبيرة من الأنشطة لا نستطيع إنجازها إلا بتعاون الآخرين.

(1) سورة المائدة آية رقم (2).
(2) سورة الكهف آية رقم (95).

نشاط 1

قسم معلم العلوم بمساعدة محضر المختبر طلابه إلى مجموعات، وأسند لكل مجموعة مهمة تنفيذ تجربة عن الطاقة الشمسية، إلا أن أحد الطلاب طلب منه أن يعمل مستقلًا وينفذ المهمة بمفرده، فوافق المعلم وبدأ الجميع في إنجاز المهام الموكلة لهم؛ لتسليمها في الوقت المحدد.

من سيبذل مجهودًا أكبر؟

....

من سيكون عمله متقنًا أكثر؟

....

فوائد التعاون:

- يساعد على تبادل المعلومات.
- يسهم في توفير الوقت والجهد والمال.
- يرتقي بالإنسان بعيدًا عن الأنانية وحب الذات.

نشاط 2

كلفت المعلمة فاطمة طالباتها بتأدية عدد من المهام الفردية، بحيث تقيس الطالبة مدى فهمها للمسألة المطلوب حلها، وأتاحت لمن ترغب الاستفسار أن تأتيها خلال وقت الفسحة، مع تأكيدها أنها لا تسمح بأن تتبادل طالباتها المعلومات الخاصة بالحل؛ لما فيه مصلحتهن.

- ماذا تفعلين لوكنت إحدى طالبات المعلمة فاطمة؟ ولماذا؟

....

....

- اشرحي الفكرة الإيجابية المعززة لمفهوم التعاون من خلال هذا الموقف؟

....

....

فائدة

التعاون لا يعني بأي حال إلغاء شخصية الفرد بل يطورها، ويجعلها أكثر انفتاحًا على المجتمع.

نشاط 3

قرَّر طلاب الفصل القيام بعمل حائط إلكتروني بعنوان "عوامل النجاح"، لنرتب الخطوات الآتية بحسب أهميتها من أجل إنجاز تصميم الحائط الإلكتروني:

1. جمع المعلومات.
2. الاجتماع مع رائد الفصل.
3. القيام بالإخراج النهائي.
4. توزيع الأدوار.
5. التخطيط لكيفية إخراج واجهة الحائط الإلكتروني.

تعريف العمل ضمن الفريق:

مشاركة الفرد في مجموعة عمل، يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته تجاه ما كلف به؛ للوصول إلى تحقيق هدف عام مشترك.

عوامل نجاح فريق العمل:

كي ينجح أي فريق عمل لابد من توفر مجموعة عوامل رئيسة، هي:

1. التجانس: أن يكون للأعضاء الأهداف والتوجهات والرؤى نفسها.
2. تحديد الهدف: وضوح الهدف المراد تحقيقه لجميع الأعضاء.
3. تحديد الأدوار: أن يعرف كل عضو دوره في المهمة المراد تحقيقها.
4. الالتزام: أن يلتزم جميع الأعضاء بتنفيذ المهام الموكلة لهم؛ لتحقيق الهدف.
5. تحمّل المسؤولية: أن يكون جميع الأعضاء على قدر كبير من تحمُّل المسؤولية.
6. تقاسم القيادة: أن يكون كل عضو قائدًا في مجاله.

فائدة

من أبرز فوائد التعاون أنه يقود إلى التفكير الجماعي، فالقرار في فرق العمل هو قرار جماعي وليس قرارًا فرديًا، مما يساعد كثيرًا على التزام أعضاء الفريق بتحقيق الهدف.

تنبيه

لا تنزعج عندما تشعر ببعض الضغط عليك عندما تكون عضوًا في فريق عمل، فهذا أمر طبيعي.

نشاط 4

قررت إدارة المدرسة تنظيم منافسة على مستوى المدارس في المنطقة حول تقديم برامج توعوية عن الألعاب الإلكترونية. ناقش مجموعتك في الفصل حول أبرز الخطوات التي ينبغي على إدارة المدرسة اتخاذها؛ لتشكيل فريق عمل على مستوى المدرسة؛ ليكون مسؤولًا عن إعداد البرنامج التوعوي، وما أبرز الصفات التي ينبغي توفرها في أعضاء الفريق؟

فائدة

مهارات العمل الجماعي، هي إحدى أهم المهارات التي تُطلب في مختلف الوظائف، والفرص المتاحة حولنا، نظرًا لما لها من أهمية في تحقيق النجاح والوصول إلى الأهداف الكبرى.

التقويم

1. ارسم خريطة مفاهيم توضح مفهوم التعاون:

من حيث:

- التّعريف - الأهمية الفردية والمجتمعية - أنواع التّعاون - مثال من واقع الحياة

2. أحمد ومحمد يعملان في قطاع الطاقة الشمسية، ويرغبان في زيادة خبرتهما في هذا المجال، فتعاونا مع مجموعة تهتم بالتراث. من خلال ما تعلمته حول عوامل نجاح فريق العمل، ما الخطأ الذي وقع فيه أحمد ومحمد؟

....

3. اقرأ ما يلي، ثم حلِّل الموقف في ضوء الأسئلة:

طلب المعلم من الطلاب في ملعب المدرسة وضع خطة بالتعاون مع زميلهم حسان؛ لتشكيل فريق كرة قدم ناجح يمثل المدرسة في المسابقات الرياضية للمنطقة، وتفاجأ أن الطالب بدر يريد أن يضع خطة بمفرده فوافق المعلم، وبدأ بدر في إنجاز عمله، وانطلق حسان لتأدية العمل بالتعاون مع زملائه.

أ. ما رأيك في تصرف كلٍ من حسان وبدر؟

....

ب. ضع جدولاً من (إنشائك) تقارن فيه بين جوانب القوة والضعف في خطة بدر وفي خطة حسان وفريقه.

مشروع تقويم الوحدة

عنوان المشروع:

- الحياة قيم

أهداف المشروع:

- تتبع رحلة تحديد الأهداف وتضمينها في خطوات تحديد الأهداف الشخصية.
- تنمية روح العمل ضمن فريق.
- تحقيق التواصل الجيد والتفاعل مع الآخرين.
- توظيف الحوار لتقريب وجهات النظر.
- معالجة الصعوبات بالبحث عن حل وسطي جمعي؛ لحل الصعوبات التي تعرقل تحقيق الأهداف.
- إكساب مهارات المرونة النفسية في التعامل الإيجابي مع أعضاء المجموعة ومتطلبات إنجاز المشروع.

فكرة المشروع:

تطبيق قيم المجتمع الحياتية مشتقة من قيم برنامج تنمية القدرات البشرية، من خلال قيام مجموعة من المتعلمين بتطبيق قيمة من القيم داخل المدرسة وخارجها مثل:(الانتماء للمدرسة، والعمل ضمن فريق التعاون، ومرونة الفكر، والوسطية والتسامح). للاطلاع على وثيقة برنامج تنمية القدرات البشرية، امسح رمز الاستجابة الآتي:

ضوابط المشروع:

1. المقدمة:

- الاطلاع على وثيقة برنامج تنمية القدرات البشرية أحد برامج- تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية 2030.
- تصميم تقني مصور لانفوجرافيك معد من قبل الطلاب، ويكون وفق قدراتهم وميولهم واهتمامهم ويتضمن مادة إعلانية عن أهداف المشروع.
- يتاح لكل مجموعة اختيار قيمة واحدة وفق رغباتهم كمحور أساسي في المشروع.
- استخدام المنصات الرقمية التعليمية لخدمة المشروع ولنشر مشاريع الطلاب.

2. المهام:

- تحديد الأهداف التفصيلية للمشروع.
- تحديد أدوار أعضاء المجموعة.
- توظيف كل عضو لمهاراته وقدراته لإيضاح القيمة الحياتية المطروحة في المشروع.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

3. الإجراءات:

- عرض المشروع في الإذاعة المدرسية.
- عرض المشروع في منصة رقمية تعليمية تحت إشراف المعلم.
- استخدام برامج تقنية في العرض.

4. المصادر:

حماية حقوق الملكية الفكرية بتوثيق المراجع والمصادر والتطبيقات الرقمية المستخدمة في البحث.

5. التقييم:

- استخدام إستراتيجيات تعلم فاعلة تدعم الحوار، والتغذية الراجعة بين أفراد المجموعة.
- يقدم كل عضو من أعضاء المجموعة المهمة التي كلف بها في المشروع باستعراض أهم المهارات والمعارف التي اكتسبها.

6. الخاتمة والنتائج:

- يستعرض الطلاب العرض التقني الذي يشمل ما تم إنجازه من قبل أعضاء المجموعة، في الحصة الدراسية وتحت إشراف معلم المادة.
- تحديد الصعوبات التي واجهت المجموعة مع إيضاح سبل معالجتها.
- إعداد تقرير نهائي للمشروع لكل مجموعة من مجموعات الصف.

الوحـــدة الثانية

مهارات التَّفكير

أهداف الوحدة

1. الوعي بمهارات التَّفكير.
2. التَّعرف على المهارات الأساسية في التَّفكير
3. تطبيق مهارة معالجة الأفكار.
4. اكتساب مهارة حل المشكلات.
5. التعرُّف على أسلوب حل المشكلات.
6. تطبيق مهارة اتخاذ القرار.

موضوعات الوحدة:

1. مهارات التفكير الأساسية.
2. مهارة معالجة الأفكار.
3. مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرارات.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

الدَّرس الأوَّل: مهارات التَّفكير الأساسيَّة

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم التَّفكير.
- أن أستنتج منافع التَّفكير.
- أن أحدد مستويات التَّفكير.
- أن أحدد مهارات التَّفكير الأساسية.

مفاهيم الدَّرس

• التَّفكير	(Thinking)

تعتمد المجتمعات البشرية منذ الأزل على تقاليد موروثة وعادات مكتسبة، وأخلاق جُبلت عليها لحلِّ مشكلاتها واتخاذ قراراتها. ونظرًا لتغير العالم المتسارع في وقتنا الحاضر، وما نراه اليوم من تفاوت بين الدول في التقدُّم والحضارة العلمية، وتبنِّي أساليب حديثة للتفكير؛ ظهرت الحاجة إلى تطوير التفكير لدى أفراد المجتمع واكسابهم قدرات ومهارات تُسهم في جعل الفرد يمارس دوره بإيجابية وفعالية داخل مجتمعه وفي منظومة مؤسساته الاجتماعية.

مفهوم التَّفكير:

التَّفكير نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثيرات البيئية معنى ودلالة، من خلال البنية المعرفية؛ لتساعد الفرد على التكيف والتلاؤم مع ظروف البيئة.

قال تعالى ﴿ وَهُوَ ٱلَّذِى مَدَّ ٱلْأَرْضَ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَٰسِىَ وَأَنْهَٰرًا ۖ وَمِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ جَعَلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ ٱثْنَيْنِ ۖ يُغْشِى ٱلَّيْلَ ٱلنَّهَارَ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [1]

(1) سورة الرعد آية رقم (3).

تطوير التَّفكير:

يحقق تطوير التَّفكير المنافع الآتية:

1. **منفعة ذاتية:**

تطوير التَّفكير يساعد الفرد على:

- بلوغ الأهداف.
- خوض المنافسة.
- فتح الآفاق وتوسع المدارك نحو مناشط الحياة المختلفة.

2. **منفعة اجتماعية عامة:**

تطوير التَّفكير يسهم في تكوين المواطن الصالح القادر على التَّفكير بعمق وحكمة للعمل على:

- اتخاذ قرارات تحقق الصالح العام لأسرته ومجتمعه.
- المقاربة وتوثيق الصلة بين أفراد المجتمع، وتحقيق التفاعل بينهم.

3. **منفعة صحية نفسية:**

تطوير التَّفكير يساعد الإنسان على:

- الوصول إلى راحة نفسية تُسهم في التكيف مع الأحداث والمتغيرات.
- اكتشاف القوانين الاجتماعية للحياة وتعميق الإيمان بها.

4. **منفعة دفاعية:**

تطوير التَّفكير يساعد الإنسان على:

- تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضَّالة، والممارسات السيئة.
- حماية نفسه من التخلي عن اتجاهاته وقيمه وأنماطه السلوكية وقناعاته الممثلة للدين الإسلامي والأعراف والعادات الاجتماعية.

مستويات التَّفكير:

التَّفكير الأساسي:

ويأتي في المستوى الأول، ويتمثل في النشاطات العقلية غير المعقدة التي تتطلب ممارسة مهارات التَّفكير الأساسية بمستوياتها الثلاث الدنيا (المعرفة، والاستيعاب، والتطبيق).

التَّفكير المركب:

ويأتي في المستوى الثاني، ويتمثل في النشاطات العقلية الأكثر تعقيدًا التي تتطلب ممارسة مهارات التَّفكير العليا بمستوياتها الثلاث (التحليل، والتركيب، التقويم).

نشاط 1

حــــدد بالتعاون مــــع مجموعتك مســـــتوى التَّفكير، هل هو (أســـاسي أو مركب)، مع ذكر الســـــبب في المواقف الموضحــــة في المنظم الآتي:

الموقف الأول	الموقف الثاني
انقطع التيار الكهربائي عن منزل أحمد ليلة اختبار القدرات العامة، وتطلب الأمر أن يبحث عن عدة حلول سريعة لاستكمال المذاكرة، ما مستوى عملية التَّفكير هنا ؟	تتابع هند مقطع فيديو تعرضه معلمة الصف، وتتأمل الخدمات الإلكترونية السريعة التي يقدمها تطبيق توكلنا للمواطن والمقيم وتغنيهما عن مراجعة المرافق الحكومية، ما مستوى التَّفكير هنا ؟
مستوى التفكير: .... السبب:..	مستوى التفكير: .... السبب:.. ....

مهارات التَّفكير الأساسية

التَّركيز	التذكر	التنظيم	التحليل	التركيب	الربط	التقييم

تعد مهارات التَّفكير الأساسية من المهارات المهمة والمترابطة والمتكاملة، التي يجب الاهتمام بتعلمها منذ الصغر وتطبيقها في المواقف المختلفة؛ بحسب طبيعة الموقف وبما يتناسب مع المرحلة العمرية. وهي تكسب الإنسان النضج والحكمة وحسن التصرف، وتجنبه المخاطر وتعدُّه لحياة مستقرة وكريمة يمتد نفعها إلى أسرته ومجتمعه؛ فتتوثق العلاقات بالتفاعل والتكامل، وييتيسر تحقيق الأهداف الخاصة والعامة، للفرد والمجتمع والوطن.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

وتتمثل مهارات التَّفكير الأساسية في الآتي:

1- التَّركيز: التَّركيز من العمليات العقلية التي يقوم الفرد فيها بحصر الاهتمام في موضوع معين، ومحاولة الإصغاء وتوجيه جميع الحواس لهذا الموضوع فقط.

2- التذكر: عملية عقلية يقوم بها الفرد؛ لاسترجاع المعلومات المتعلقة بموضوع معين حين حاجته لهذه المعلومات، وتعد من أهم العمليات التي تحدث في الذاكرة.

3- التنظيم: عملية عقلية تهدف إلى ترتيب المعلومات حسب الموضوع الأساسي لها، وكأنها ملفات يحتفظ بها الدماغ، لكل موضوع على حدة.

4- التحليل: يشير التحليل إلى تقسيم الفكرة إلى أفكار أصغر؛ لفهم العملية التي تحدث بها بشكل واقعي ومنطقي، ويعد التحليل من أهم مهارات التَّفكير الأساسية.

5- التركيب: يعد التركيب من المهارات المتقدمة لدى الإنسان، حيث يصبح الفرد قادرًا على ربط المعلومات ببعضها ودمج الأفكار؛ لإنتاج أفكار جديدة.

6- الربط: عملية عقلية تستدعي الأفكار لجانب بعضها بعضًا وتحاول إيجاد العلاقات بين الفكرة والأخرى.

7- التقييم: يعد التقييم المرحلة النهائية في التَّفكير حيث يحصر الفرد كل ما قام به ويقيمه من خلال أدوات متعددة، أهمها أدوات القياس العلمي.

فكِّر

القراءة تمد العقل فقط بلوازم المعرفة، أما التَّفكير فيجعلنا نملك ما نقرأ. **" جون لوك"**

التقويم

1. اكتب مهارة التَّفكير المناسبة لكل موقف من المواقف الحياتية الآتية:

م	المواقف الحياتية	نوع مهارة التَّفكير
1	مـرَّ بذهنك مواقـف جميلـة أثنـاء رحلتك مـع أسرتك إلى مكـة المكرمة؛ لأداء مناسـك العمـرة عـام 1435 هـ.	
2	عـرض المعلـم صورتين متشـابهتين على الشاشـة التفاعلية، وطلب من الطلاب اسـتخراج عشرة فـروق بينهما.	
3	اقـترح خالـد عـلى أعضـاء مجلـس الاستشـارات بالمدرسـة ثلاثـة حلـول؛ لحـل مشـكلة الكتابـة عـلى جـدران المـدارس.	
4	قدمـت فاطمـة بحثـًا علميًّا عن أسـباب عـزوف الطالبات عـن الالتحاق ببرامـج تدريبية في الحـرف المهنية.	

2. قارن بين كل من: التَّفكير الأساسي والتَّفكير المركَّب، كما هو موضح في الجدول الآتي:

نوع التَّفكير	المفهوم	المثال
الأساسي		
المركب		

3. مشروع نيوم، هو حلم جريء وطموح لمستقبل جديد لشباب الوطن، وهو انطلاقة التغيير التي ستجسِّد مستقبل الابتكار في الأعمال والمعيشة والاستدامة. وتمثل نيوم أحد المشاريع الكبرى لصندوق الاستثمارات العامة وبموقعها الإستراتيجي على ساحل البحر الأحمر شمال غرب المملكة العربية السعودية، ستكون نيوم ميدانًا حيًّا ونابضًا بالتجارب، وستصبح منصّة عالمية ترسمُ فيها ريادةُ الأعمال والابتكار لعالمَ المستقبل الجديد.

نيوم NEOM

بالتعاون مع أعضاء مجموعتك:

1. اكتب ثلاثة أسئلة تسهم في البحث عن معلومات ترغب في معرفتها عن مشروع نيوم.
2. اطرح الأسئلة على الطلاب ودون جميع الإجابات.
3. ميز الإجابات الصحيحة من الخاطئة وعزز الإجابات الجيدة.
4. شارك بفكرتك وأفكار زملائك الجيدة عن مشروع نيوم في برامج الإذاعة المدرسية.

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

الدَّرس الثَّاني: مهارة معالجة الأفكار

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم مهارة معالجة الأفكار.
- أن أستخلص المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار.
- أن أحدد خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار.
- أن أصف تطبيق مهارة معالجة فكرة.

مفاهيم الدَّرس

- **معالجة الأفكار** (Processing Ideas)

تساعد مهارة معالجة الأفكار الفرد على فحص وتفسير جميع الجوانب الإيجابية والسلبية والمشوقة في المواقف اليومية، كما تجعله قادرًا على فصل المشاعر والعواطف عن الفكرة، وخاصة تلك الأفكار التي تحدد مسارًا مهمًا في حياتنا. بحيث تمكنه من دراسة أبعاد الموقف وجوانبه المختلفة قبل اتخاذه القرار أو إصداره الحكم عليه.

مفهوم مهارة معالجة الأفكار:

طريقة من طرائق التَّفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز إدراك فكرة معينة من خلال تحليل أعمق لها، وفهمها والكشف عن جوانبها الإيجابية والسلبية والمثيرة.

مفاهيم مرتبطة بمهارة معالجة الأفكار:

• إيجابي	أشياء جيدة في الفكرة، أي لماذا نفضلها؟
• سلبي	أشياء سيئة عن الفكرة، أي لماذا نرفضها؟
• مثير	أشياء تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزمًا الأخذُ بها.

نشاط 1

ناقش فكرة التعليم المدمج[1]، مستعرضًا أهم الجوانب الإيجابية للفكرة والجوانب السلبية والجوانب المثيرة بالنسبة لك.

....

....

....

خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار:

1. عرِّف الفكرة أو الموقف الذي ترغب في معالجته.
2. سجِّل قائمة تحوي الأبعاد الإيجابية للموقف أو الفكرة.
3. سجِّل قائمة تحوي الأبعاد السلبية للموقف أو الفكرة.
4. سجِّل قائمة تحوي العناصر المشوقة في الموقف أو الفكرة.
5. تفحص كل ما سبق ووازنِ النتائج.
6. اتخذ قرارًا للتبني أو الرفض.

(1) التعليم المدمج: هو نظام تعليمي تعلمي يستفيد من جميع الإمكانيات والوسائط التقنية المتاحة، وذلك بالجمع بين أكثر من أسلوب وأداة للتعلم لتقديم نوعية جديدة من التعلم تناسب خصائص المتعلمين واحتياجاتهم.

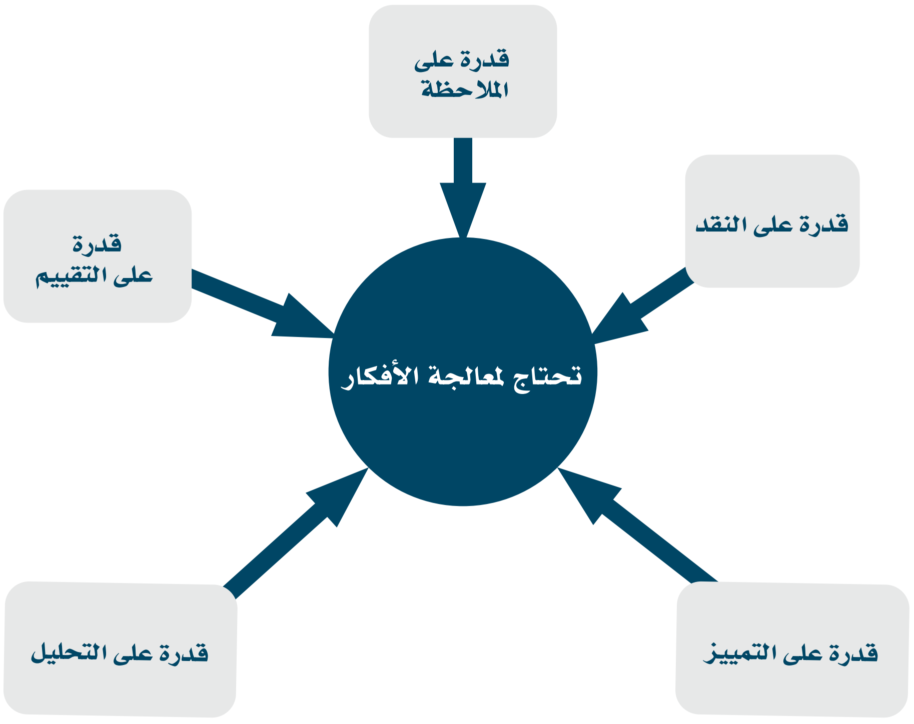
وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

تطبيق مهارة معالجة فكرة:

بالتعاون مع مجموعتك ناقش فكرة إلزام طالب المرحلة الثانوية بإتمام العدد المحدد من ساعات التطوع في الأنشطة التي تحددها المدرسة.

إيجـــابي	ســـلبي	مثير ومشوق
• رفع الوعي بأهمية العمل التطوعي. • تنمية روح الولاء للوطن. • زرع الثقة بالنفس. • استثمار وقت الفراغ وشغله بما ينفعه. • تنمية روح المبادرة والعمل ضمن الفريق. • اكتشاف الطالب لمهاراته الكامنة. • تنمية مهارة التخطيط والتنفيذ. • تنمية مهارات التَّفكير. • تنمية مهارة البحث. • تنمية مهارة الإقناع	• صعوبة التنسيق بسبب كثافة العدد. • مواجهة أخطار العمل والإصابات. • انشغال الطلاب عن دروسهم. • مواجهة الفكرة بالرفض.	• يمارس الطلاب متعة العمل. • يكتشف الطلاب بيئات العمل المختلفة. • يُكوِّن الطلاب علاقات ناجحة ومثمرة.
• الحكم النهائي: الفكرة جيدة ، والإيجابيات فيها تطغى على السلبيات.		

ما تحتاج إليه لمعالجة الأفكار:



نشاط 2

بالتعـــاون مع مجموعتك اســـتخدم مهـــارة معالجة الأفـــكار في المشروعين الآتيين؛ من خلال تقســـيم الطـــلاب إلى مجموعتين كل مجموعة تناقـــش أحد المشـــاريع في الجدول أدناه:

المشروع	إيـجـــابـي	ســـلـبـي	مثير ومشوق	الاحصائيات	الحكم النهائي
1. تنظيم دخول الشاحنات إلى المدن المزدحمة من خلال الحجز الإلكتروني المسبق.				• العـــدد الكلي للطلاب في المجموعة: ( ). • عدد المؤيدين للمشروع: ( ). • عدد الرافضين للمشروع: ( ).	
2. تشجير الأحياء السكنية.				• العـــدد الكلي للطلاب في المجموعة: ( ). • عدد المؤيدين للمشروع: ( ). • عدد الرافضين للمشروع: ( ).	

وزارة التعـــليم
Ministry of Education
2025 - 1447

التقويم

1. حدّد مواقف حياتية يكون فيها استخدام مهارة معالجة الأفكار مفيدًا.

....

....

....

2. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- يقصد بمعالجة الأفكار تعزيز وإدراك فكرة معينة من خلال تحليل بسيط وسريع ( )
- ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها. ( )

3. حدّد خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار.

....

....

....

4. البعد عن الذاتية من أهم ثمرات ممارسة مهارة معالجة الأفكار، برأيك هل تحلي الزوجين بهذه المهارة يساعد على الحد من حدوث الخلافات وتطورها إلى الطلاق؟ وضح ذلك.

....

....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

الدَّرس الثَّالث: مهارة إدارة حل المشكلات واتخاذ القرار.

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

أهداف الدَّرس:

- أن أوضح مفهوم المشكلة.
- أن أعرِّف مفهوم مهارة حل المشكلة.
- أن أعرِّف مفهوم اتخاذ القرار.
- أن أحلل خطوات حل المشكلات واتخاذ القرارات.
- أن أحدد طرق اكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرارات.
- أن أبين مبادئ وتوجيهات اتخاذ القرار السليم.

مفاهيم الدَّرس

• المشكلة.	(Problem)
• مهارة حل المشكلات.	(Problem Solving Skill)
• اتخاذ القرار.	(Decision Making)

يدفعنا واقعنا المتغير إلى التَّفكير في إيجاد طرائق جديدة، تجعلنا نستجيب بشكل أفضل لمطالب هذا الواقع والتعامل مع مايواجهنا من مواقف بفعالية. قال تعالى: ﴿وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجۡعَل لَّهُۥ مَخۡرَجٗا ۝٢ وَيَرۡزُقۡهُ مِنۡ حَيۡثُ لَا يَحۡتَسِبُ﴾ [1] فنحن في حياتنا قد نواجه العديد من المشكلات التي يكون بعضها معقدًا وأكثر صعوبة من الآخر، ولحل ما يواجهنا من مشكلات لابد من امتلاك مهارات خاصة تساعدنا على الوصول بإذن الله للقرار الصحيح في الوقت المناسب .

مفهوم المشكلة؟

شعور وإحساس بوجود صعوبة ما، أو مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح.

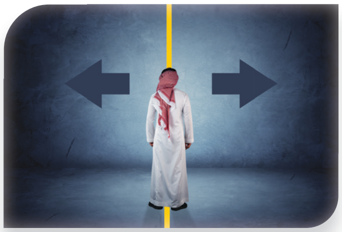
مفهوم مهارة حل المشكلات.

هي تلك المهارة التي تُستخدم؛ لتحليل ووضع إستراتيجيات تهدف إلى حل سؤال صعب أو موقف معقد يعيق التقدم في أي جانب من جوانب الحياة.

(1) سورة الطلاق آية رقم (2).

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

مفهوم اتخاذ القرار:



هي عملية عقلية تهدف إلى إحداث تغييرات، للوصول إلى نتائج إيجابية لموقف أو قضية ما من خلال المفاضلة بين الحلول البديلة واختيار المناسب منها.

فكِّر

هل القرار مجرد قول نعم أو قول لا؟

خطوات حل المشكلات واتخاذ القرار:

تحديد المشكلة

↓

جمع كافة المعلومات ومراجعة الخبرات السابقة المرتبطة بالمشكلة

↓

وضع الفرضيات

↓

خطة أو أكثر لحل المشكلة (الفرضيات)

↓

مراجعة الخطط الموضوعية (الفرضيات)

↓

ترجيح الفرضية المحققة للأهداف واستبعاد غيرها

↓

التوصل للحل واتخاذ القرار

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 1

بالتعــاون مــع مجموعتك ناقش مشــكلة إفراط بعض الشــباب في اســتخدام مواقــع التواصل الاجتماعي مســتفيدًا مــن المخطط الآتي:

1. تحديد المشكلة وطبيعتها.	....
2. تحديد خطة لحل المشكلة.	....
3. اســتثمار الخــبرات الســابقة والمعلومــات.	....
4. وضع فرضيات تسهم في الحل.	....
5. اختيار الفرضية المناسبة.	....
6. الحل المقترح	....

نشاط 2

بعد دراســتك مهارة حل وإدارة المشــكلات، ناقش مــع مجموعتك قضية (ارتفــاع تكلفة الزواج في مجتمعك).

....

....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

ما نحتاج إليه لاكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار:

- قدرة على جمع المعلومات.
- قدرة على الخيال والتأمل.
- قدرة على النقد.
- إعطاء بدائل لحل المشكلة.
- قدرة على الاستنتاج والتوقع.
- قدرة على المبادرة والتنفيذ.

نشاط 3

- ما القرارات الهامة التي يتخذها الشباب خلال مسيرة حياتهم؟

....

....

- كيف اتخذت قرار تحديد مسارك في نظام المسارات؟

....

....

- ما القرار الصحيح الذي يمكن أن تتخذه بعد دراستك لآلية اتخاذ القرار؟

....

....

مبادئ وتوجيهات تيسر اتخاذ القرار السليم:

1. حدد بشكل واضح وصريح سبب اختيارك لكل خيار.
2. شاورْ غيرك وافتح عقلك لآراء الآخرين خاصة إذا كان قرارك يهمهم.
3. افحص خياراتك، وخذ بالحسبان جميع العوامل.
4. استفد من نتائج قراراتك السابقة.
5. انظر في سلبيات كل خيار وإيجابياته (مهارة موازنة الأفكار).

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 4

أعلنت إحدى مؤسسات الدعاية والإعلان عن توفر وظيفة إدارية (سكرتير)، فتقدم -عن طريق برنامج تمهير- طالبان حديثا التخرج، وقد تضمنت سيرتهما الذاتية ما يأتي:

الأول: يحترم الوقت، ملم بمهمات الوظيفة، غير متقن للغة الإنجليزية، سريع في الطباعة، يمتلك مهارات مكتبية وتنظيمية.

الثاني: متقن للغة الإنجليزية، ملم بمهام الوظيفة، مهاراته اجتماعية جيدة، يجيد استخدام تطبيقات الحاسب الآلي المتطورة، يمتلك مهارة تعدد المهام.

بالتعاون مع مجموعتك حدد الآتي:

- المهارات التي تتطلبها وظيفة السكرتارية.

....

....

- وازن بين المهارات التي تضمنتها سيرتهما، ثم ناقش المجموعة حول ذلك.

....

....

- رشح من تراه مناسبًا، ودعم قرارك بمبررات الترشيح.

....

....

إثراء

برنامج تمهير للتدريب على رأس العمل

هو برنامج تدريب على رأس العمل موجَّه للخريجين والخريجات السعوديين من الجامعات المحلية والخارجية، وخريجي المعاهد والكليات حملة الدبلومات الفنية والصحية والإدارية، يهدف إلى تدريبهم في المؤسسات الحكومية والشركات المتميزة في القطاع الخاص، ليتمكنوا من اكتساب الخبرات والمهارات اللازمة لإعدادهم وتهيئتهم للمشاركة في سوق العمل. لمزيد من المعلومات حول برنامج تمهير ،امسح رمز الاستجابة الآتي:

نشاط 5

وهبك الله عز وجل قدرات وإمكانات.

- اذكر أبرز القدرات والإمكانات التي تتمتع بها.

....

....

- حدد المهنة المناسبة لك بناء على ما رزقك الله من قدرات وإمكانيات.

....

....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

التقويم

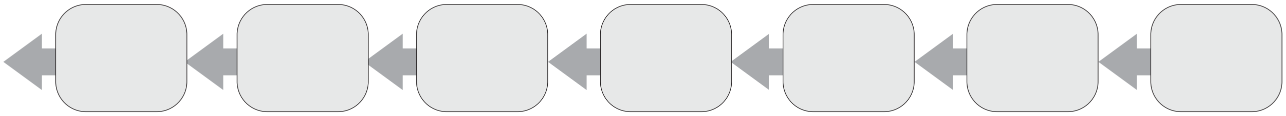
1. قدم أمثلة لمشكلات في المجالات الآتية:

المجال	المشكلة
التربوي	
البيئي	
الاقتصادي	
الأسري	

....

2. تحقق من فهمك لخطوات حل المشكلة واتخاذ القرار مستخدمًا الخريطة المعرفية الآتية:

خطوات حل المشكلة واتخاذ القرار



3. من خلال دراستك لسيرة النبي ﷺ وصحبه الكرام استشهد بمواقف تؤكد استخدامهم مهارة اتخاذ القرار.

....

....

4. أمامك مجموعة تمثِّل أنواع القرارات؛ أعطِ مثالاً لهذه الأنواع من الواقع:

المجال	المثال
قرار لا يُرد ولا رجعة فيه بعد اتخاذه.	•
قرار يمكن الرجوع عنه بعد اتخاذه.	•
قرار تجريبي.	•
قرار مؤجل.	•
قرار مرفوض.	•

مشروع تقويم الوحدة

عنوان المشروع:

- نحن نفكر

أهداف المشروع:

- تنمية المهارات الذهنية في إدارة المشكلات واتخاذ القرارات.
- تحقيق التواصل الجيد والتفاعل مع الآخرين.
- تحقيق التفاعل مع أولياء الأمور في معالجة المشكلات.
- استخدام الحوار لتقريب وجهات النظر.
- توظيف مهارات التَّفكير الأساسية.
- تطبيق مهارة معالجة الأفكار.
- استخدام مهارات التَّفكير الناقد في حل المشكلات.
- التدريب الذاتي على تطبيق مهارات التَّفكير.

فكرة المشروع:

يُقسم المعلم الطلاب إلى ثلاث مجموعات؛ ثم يقدم المعلم حلقة نقاش مع المجموعات؛ لاختيار مشكلة [1] ملحة يتعرض لها طالب المرحلة الثانوية في محيط أسرته أو مدرسته أو مجتمعه، وتحتاج إلى اتخاذ قرار مناسب لحلها على أسس علمية.

ضوابط المشروع:

1. المقدمة:

- نشر ثقافة استخدام مهارات التَّفكير في حل المشكلات على مستوى المدرسة والأسرة والمجتمع.
- إتاحة الفرصة؛ لاختيار نوع المشكلة من قبل الطلاب ووفق رغباتهم.
- توظيف التقنية الحديثة والتطبيقات الحاسوبية، من قبل الطلاب في جمع المعلومات وترميزها.

2. المهام:

- تحديد نوع المشكلة من قبل أعضاء المجموعة.
- تحديد دور كل عضو في المجموعة لممارسة مهارات التَّفكير في حل المشكلة.
- إشراك أولياء الأمور كمحور أساسي في إثراء محتوى المشكلة.

3. الإجراءات:

- تطبيق مهارات التَّفكير الأساسية (التَّركيز، التحليل، التذكر، التنظيم، التركيب، الربط، التقييم)
- استخدام مهارات التَّفكير الناقد في معالجة المشكلة.
- تطبيق إستراتيجية حل المشكلات واتخاذ القرارات.

(1) يتاح للطلاب اختيار مشكلات من واقعهم الاجتماعي في المجال التعليمي أو الاقتصادي أو الاجتماعي.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

4. المصادر:

حماية الحقوق الفكرية بتوثيق المراجع والمصادر والتطبيقات الرقمية المستخدمة في البحث.

5. التقييم:

- تقديم كل عضو من أعضاء المجموعة تغذية راجعة لزملائه في تطبيق مهارات التَّفكير.
- تقييم الطالب لذاته مع مقارنة أدائه بأداء زملائه في تطبيق كل مهارة تم استخدامها في معالجة المشكلة.
- تقييم أولياء الأمور للطلبة في أساليب وطريقة حل المشكلة.

6. الخاتمة والنتائج:

- يقدم الطلاب عرضًا تقنيًا لما تم إنجازه من قبل المجموعة في الحصة الدراسية تحت إشراف معلم المادة.
- عرض مشاركة أولياء الأمور [1] الصوتية أو الكتابية او الفيديو في معالجة المشكلة.
- تحديد أهم مهارات التَّفكير المكتسبة لكل عضو من أعضاء المجموعة.
- تحديد الصعوبات التي واجهت المجموعة مع إيضاح سبل معالجتها.
- إعداد تقرير المشروع النهائي لكل مجموعة من مجموعات الصف.

(1) مشاركة أولياء الأمور تكون تحت إطار تنظيمي وفق الأنظمة من قبل إدارة المدرسة.

الوحــدة الثَّالثة

تنمية الوعي المجتمعي

أهداف الوحدة

1. تعزيز أهمية تطبيق النِّظام.
2. الارتقاء بالذَّوق العام في سلوكيات المواطن الصالح.
3. الوعي بمسؤوليات المواطنة الصَّالحة وممارستها بفاعلية.
4. تنمية استعداد الطلاب لتحمّل المسؤولية تجاه أنفسهم، ومجتمعهم.
5. التعامل المناسب مع الأزمات الاجتماعية.
6. الوعي بالطرق الإيجابية للترفيه والارتقاء بقطاع السياحة.
7. تعزيز المهارات الاجتماعية الإيجابية لدى الطلاب.

موضوعات الوحدة:

1. تطبيق النِّظام والمحافظة على الذَّوق العام.
2. الوطنية والمواطنة.
3. المسؤولية الاجتماعية.
4. التكيف مع الأزمات الاجتماعية.
5. الترفيه والسياحة.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

الدرس الأول: تطبيق النِّظام والمحافظة على الذَّوق العام

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم النِّظام.
- أن أحدِّد عناصر النِّظام.
- أن أوضِّح المصادر الأساسية لاشتقاق الأنظمة في الإسلام.
- أن أعلل أهمية النِّظام.
- أن أعرِّف مفهوم الذَّوق العام.
- أن أصف مظاهر الذَّوق العام.
- أن أحلِّل أسباب ضعف الذَّوق العام في المجتمع.

مفاهيم الدَّرس

- النِّظام (System)
- الذَّوق العام (Public Decency)

الإنسان مدني بطبعه ،يعيش في مجتمع يؤثر فيه ويتأثر به، وهذه الطبيعة تدفعه لتلبية احتياجاته الاجتماعية والنفسية بما يضمن له الاستقرار والرفاهية بالعمل والإنجاز، وإثبات الذات والسعي لعمارة الأرض؛ لتحقيق الهدف من خلق الله له (عبادته واستخلافه لعمارة الأرض)، ولا شك أن الاحتكاك بالآخرين والتعامل معهم يعرضه للاتفاق أو الاختلاف في وجهات النظر والتنازع حولها، لذا كان لزامًا أن تُقنن العلاقات بين أفراد المجتمع وتحدد الحقوق والواجبات وتنظم الموارد والمصادر، وهذا ما نزلت به التشريعات السماوية ونادى به أهل العلم والحكمة؛ لإصلاح المجتمع وتنظيم أحواله، من خلال إيجاد أنظمة ملزمة اجتماعيًّا حفظًا للأمن ورعاية للمصالح العامة والخاصة، وتحدد المقبول والمرفوض منها قانونيًّا واجتماعيًّا، ومن أمثلتها الأنظمة الحديثة التي يعمل بها على مستوى الدول والبلدان والمجتمعات والأسرة والفرد .

مفهوم النِّظام:

مجموعة من القوانين والمبادئ والتشريعات والأعراف التي تقوم عليها حياة الفرد والمجتمع، وبها تُنظم الأمور وتُقرر الحقوق والواجبات وبموجبها يُجرم المخالفون.

عناصر النِّظام:

- لكل نظام وظيفة تؤدي إلى الإشباع والتناسق (الوظيفة).
- له معايير وقواعد ضابطة (مقنن).
- مرتبط بفكرة الجزاءات والعقوبات (إلزامي).

نشاط 1

في أحـــد الأيام من شـــهر رمضـــان المبارك -وبعـــد صلاة العصر- توجـــه فواز مع أبنائـــه إلى أحد مراكز التســـوق لشراء حاجيات متنوعة، وســـار باتجاه المحاســـب حاملًا مشـــترياته، فتفاجأ برجل يتقـــدم عليه بسرعة البرق دافعًا أحد أبنائه، دونما اســـتحياء ولا اســـتئذان، ولا حتى إلقاء الســـلام، بـــل قـــذف بحاجياته أمام المحاســـب، وهو يـــصرخ قائلا: (زوجتـــي وأولادي في الســـيارة)، فنظر المحاســـب إلى الرجـــل وإلى فواز بتعجـــب وعلامات الحيرة عـــلى وجهه وكأنه يقول: مـــاذا أفعل؟!

- **ما رأيك في تصرف الرجل؟**

....

....

- **ماذا تفعل لو كنت مكان المحاسب؟**

....

....

- **ماذا تفعل لو كنت مكان فواز؟**

....

....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

المصادر الأساسية لاشتقاق الأنظمة في الإسلام في بعض الجوانب:

الجانب	المصدر	
	القرآن الكريم	السنة النبوية
السياسي	قال تعالى: ﴿أَطِيعُواْ ٱللَّهَ وَأَطِيعُواْ ٱلرَّسُولَ وَأُوْلِي ٱلْأَمْرِ﴾[1]. قال تعالى: ﴿يَٰدَاوُۥدُ إِنَّا جَعَلْنَٰكَ خَلِيفَةً فِي ٱلْأَرْضِ فَٱحْكُم بَيْنَ ٱلنَّاسِ بِٱلْحَقِّ﴾[2].	عن عبدالله بن عمرو رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (لا يحل لثلاثة نفر يكونون بأرض فلاة إلا أمروا عليهم أحدهم)[3].
الاقتصادي	قال تعالى: ﴿وَأَحَلَّ ٱللَّهُ ٱلْبَيْعَ وَحَرَّمَ ٱلرِّبَوٰاْ﴾[4]. قال تعالى: ﴿وَلَا تَأْكُلُوٓاْ أَمْوَٰلَكُم بَيْنَكُم بِٱلْبَٰطِلِ وَتُدْلُواْ بِهَآ إِلَى ٱلْحُكَّامِ لِتَأْكُلُواْ فَرِيقًا مِّنْ أَمْوَٰلِ ٱلنَّاسِ بِٱلْإِثْمِ وَأَنتُمْ تَعْلَمُونَ﴾[5].	عن عبدالله بن عمر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (المحتكر ملعون)[6]. عن عبدالله بن عمر رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (لا يبيع أحدكم على بيع أخيه)[7]. عن حكيم بن حزام رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (البيّعان بالخيار مالم يتفرقا)[8].
التعليمي	قال تعالى: ﴿وَإِذْ قَالَ لُقْمَٰنُ لِٱبْنِهِۦ وَهُوَ يَعِظُهُۥ يَٰبُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِٱللَّهِ إِنَّ ٱلشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾[9].	عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (طلب العلم فريضة)[10].
الإداري	قال تعالى: ﴿يَٰٓأَبَتِ ٱسْتَـْٔجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ ٱسْتَـْٔجَرْتَ ٱلْقَوِيُّ ٱلْأَمِينُ﴾[11].	عن معاذ بن جبل رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (من ولي من أمر المسلمين شيئًا، فاحتجب عن أُولي الضَّعف والحاجة؛ احتجب الله عنه يوم القيامة)[12].

(1) سورة النساء آية رقم (59).
(2) سورة ص آية رقم (26).
(3) مسند أحمد 10/134.
(4) سورة البقرة آية رقم (275).
(5) سورة البقرة آية رقم (188).
(6) الجامع الصغير 9157.
(7) صحيح البخاري 2139.
(8) صحيح البخاري 2082.
(9) سورة لقمان آية رقم (13).
(10) صحيح الجامع 3914.
(11) سورة القصص آية رقم (26).
(12) صحيح الترغيب 2209.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

أهمية النِّظام:

الحاجة للنِّظام والتَّشريع ضرورة ملحة وذلك للأسباب الآتية:

1. ما ورد في القرآن الكريم: إن الكون وما يشمله يسير وفق نظام في غاية الإعجاز، قال تعالى:﴿ وَءَايَةٌ لَّهُمُ ٱلَّيْلُ نَسْلَخُ مِنْهُ ٱلنَّهَارَ فَإِذَا هُم مُّظْلِمُونَ ﴿٣٧﴾ وَٱلشَّمْسُ تَجْرِى لِمُسْتَقَرٍّ لَّهَا ۚ ذَٰلِكَ تَقْدِيرُ ٱلْعَزِيزِ ٱلْعَلِيمِ ﴿٣٨﴾ وَٱلْقَمَرَ قَدَّرْنَٰهُ مَنَازِلَ حَتَّىٰ عَادَ كَٱلْعُرْجُونِ ٱلْقَدِيمِ ﴿٣٩﴾ لَا ٱلشَّمْسُ يَنۢبَغِى لَهَآ أَن تُدْرِكَ ٱلْقَمَرَ وَلَا ٱلَّيْلُ سَابِقُ ٱلنَّهَارِ ۚ وَكُلٌّ فِى فَلَكٍ يَسْبَحُونَ ﴾[1].

2. استخلاف الإنسان في الأرض هو وسيلة؛ لتحقيق الرسالة والغاية، قال تعالى: ﴿ وَمَا خَلَقْتُ ٱلْجِنَّ وَٱلْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴾[2]

وهذه الغاية لا تتحقق إلا بنظام يحدد مسار المجتمعات وعلاقاتها ويضبط أوضاعها؛ حتى لا تسود الفوضى وتنتهك الحقوق.

3. لا بد من ضوابط وروادع للنماذج البشرية المتنفعة التي تسلب حقوق الضعفاء؛ لتزداد بها قوة.

نشاط 2

يعد العبث بالممتلكات العامة ظاهرة تهدد مصالح الوطن والمواطن؛ ناقش هذه الظاهرة ملقيًا الضوء على:

- **صورٍ من مظاهر العبث بالممتلكات التي قد تحدث داخل المدرسة وخارجها، ومبينًا أثرها.**

ما ذا يقصد بالذَّوق العام:

حاسة معنوية تدعو صاحبها إلى مراعاة مشاعر الآخرين وأحوالهم وظروفهم، وله أهمية في كسب تقديرهم، والقرب من نفوسهم، وتمثل الذوق العام واحترامه يدل على كمال في العقل، وبُعْد في النظر، واعتدال في المزاج، ونباهة في النفس، وشعور اجتماعي محبَّب. ومن الذَّوق الذي دعت إليه السنة ما رواه أبو الدرداء ﵁ قال: قال رسول الله ﷺ: (إنَّكم قادمونَ على إخوانِكم فأحسِنوا لباسَكُم وأصلِحوا رحالَكُم حتَّى تكونوا كأنَّكُم شامةٌ مِنَ النَّاسِ إنَّ الله لا يُحبُّ الفُحشَ والتَّفحُّشَ)[3].

فائدة

وللذوق العام مترادفات عدة، منها: اللياقة، اللطف، النباهة، الحكمة، الكياسة، الحذق، الظرافة، الفطانة، الرفق.

(1) سورة يس الآية رقم (37-40).
(2) سورة الذاريات الآية رقم (56).
(3) (المستدرك:5/258).

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

التَّعامل بذوق في مجالات الحياة المختلفة:

كن مراعيًا للذوق العام في

- الشارع
- المدرسة
- مخالطتك للناس
- مظهرك الشخصي
- أثناء الأكل
- لقاءاتك وضيافتك

من مظاهر الذَّوق العام في الحياة الاجتماعية:

1. الاستئذان.
2. القصد في المشي.
3. خفض الصوت.
4. إفشاء السلام.
5. طلاقة الوجه والتبسم.
6. احترام الكبير ورحمة الصغير.
7. عدم الرد على السفيه والشاتم.
8. التجمل باللباس اللائق.
9. مناداة الناس بأحب أسمائهم.
10. إكرام الضيف.
11. المصافحة.
12. تشميت العاطس.
13. إجابة الدعوة.
14. عيادة المريض.
15. ألا يتحدث اثنان دون الثالث.
16. عدم إمعان النظر في الناس.
17. المحافظة على نظافة المكان.

إقرأ

لائحة المحافظة على الذَّوق العام من اللوائح الحديثة التي صدرت مواكبة للتغيرات الاقتصادية التي حدثت في المملكة العربية السعودية بالإضافة إلى التطلعات الواسعة؛ لجذب المستثمرين الدوليين والسياح في ظل حضور الاهتمام بالهوية الثقافية والخصوصية الاجتماعية، فقد صدرت اللائحة بقرار من مجلس الوزراء رقم 444 عام 1440هـ للاطلاع على لائحة الذوق العام والعديد من اللوائح يمكنك زيارة موقع هيئة الخبراء بمجلس الوزراء.

فكِّر

من وجهة نظرك؛ هل هناك مظاهر أخرى للذوق والآداب في العلاقات الاجتماعية؟

أسباب ضعف الذَّوق العام في المجتمع:

1. ضعف مستوى التربية الصحيحة للأبناء عند بعض الأسر.
2. ضعف دور المؤسسات التعليمية في التوعية المجتمعية.
3. تضاؤل دور القدوة الحسنة في المجتمع.
4. ضعف التناصح والاهتمام بتنمية الذَّوق العام.
5. التأثير السلبي لبعض وسائل التواصل الاجتماعي وما تنشره من رسائل مخالفة للدين وضارة بالأخلاق.
6. إهمال المحافظة على نظافة المكان.

نشاط 3

لاستعمال الطريق آدابٌ وسلوكيات تعدُّ من الذَّوق العام.
وضِّح آداب استعمال الطريق بأسلوبك الخاص، معززًا إجابتك بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة.

....

....

التقويم

1. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- يُجمع علماء الاجتماع على أن الأنظمة أساليب مقننة تنشأ تلقائيًّا. ( )
- النِّظام له خاصية الإجبار والالتزام. ( )
- يعين التناصح ووجود القدوة الحسنة على شيوع مظاهر الذَّوق العام. ( )
- الشريعة الإسلامية مصدر التشريع في المملكة العربية السعودية. ( )

....

2. علل: النِّظام ضرورة اجتماعيةً.

....

....

....

3. اختر الإجابة الصحيحة من الإجابات الآتية:

- يعد الذَّوق العام حاسة:

1. مادية.
2. بصرية.
3. معنوية.
4. سمعية.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

4. صف مشاهد واقعية تعبر عن مظاهر الذوق العام الموضحة في الجدول الآتي:

م	مظاهر الذوق العام	المشاهد الواقعية
1	عدم التدخل في شؤون الآخرين الخاصة.	
2	المحافظة على نظافة البيئة.	
3	المبادرة بإلقاء تحية السلام.	
4	اللباس اللائق.	
5	احترام كبار السن.	

5. قدم ثلاثة مقترحات إيجابية تسهم في تنشيط دور الإعلام في تثقيف أفراد المجتمع، ونشر الوعي بأهمية الالتزام بالنِّظام.

....

....

....

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

الدَّرس الثَّاني: الوطنية والمواطنة

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم الانتماء الوطني.
- أن أميز بين مفهومي الوطنية والمواطنة.
- أن أوضح العلاقة بين الوطن والمواطن (حقوق وواجبات).
- أن أحدد مستويات تكوين الشعور بالمواطنة.
- أن أبين العلاقة بين القيم الدينية والمواطنة.
- أن أحلل العوامل المساعدة على تنمية حب الوطن.
- أن أشارك في تطبيق مهارات المواطنة الفاعلة.

مفاهيم الدَّرس

- الانتماء الوطني (National Belonging)
- الوطنية (Patriotism)
- المواطنة (Citizenship)

يرتبط الإنسان فطريًا بوطنه ويعتز به ويذكر مميزاته في أحاديثه العامة والخاصة، ويجسد الانتماء الصادق للوطن وينميه في نفسه وفيمن حوله، ويشيع الخير والمحبة والتآلف والترابط في محيطه ومجتمعه، وقد ظهر هذا المعنى جليًا في قول الرسول ﷺ حين أخرجه قومه من وطنه، فخرج مهاجرًا والتفت إلى البيت العتيق؛ ليعبر عن حبه لوطنه وحزنه عليه ولوعته على فراقه بقوله : "علمت أنك خير أرض الله، وأحبُّ الأرض إلى الله، ولولا أن أهلك أخرجوني ما خرجت "[1].

مفاهيم:

- **الانتماء الوطني:** هو انتساب الفرد لوطنه فكرًا وسلوكًا، وهو يعبر من خلاله عن حبه له وامتثاله للقيم الوطنية، كالاعتزاز والفخر بأمجاد الوطن ورموزه الوطنية، والالتزام بالقوانين والأنظمة السائدة والمحافظة على ثروات الوطن وممتلكاته، والذود عنه وحمايته.

---

(1) سنن الترمذي: 3925 .

- **الوطنية:** تلك العواطف القوية التي يشعر بها المواطن نحو وطنه العزيز، وتلك الرابطة الروحية المتينة التي تشده إليه فيضحّي بما يملك تجاه أرضه وأهله.
- **المواطنة:** انتماء وموالاة للوطن ضمن حدود الشريعة ومكارم الأخلاق، مأخوذة من المفاعلة والمشاركة؛ فهي مجموعة العلاقات المتبادلة بين الفرد والدولة والمجتمع ضمن الحقوق والواجبات.

نشاط 1

شاهد من خلال رمز الاستجابة السريع المشاريع التي أنجزتها الرؤية الطموحة لوطننا المملكة العربية السعودية بقيادة خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز وولي عهده رئيس مجلس الوزراء الأمير محمد بن سلمان، ثم عبر عن مشاعر الانتماء الوطني موضحًا دور هذه المشاريع في تحقيق السعادة على المستوى:

1. الشخصي.

....

....

2. الأسري.

....

....

3. المجتمعي.

....

....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 2

قدِّم إضافة جديدة لتوضيح المفاهيم الآتية بالاستناد على مصادر معلومات موثوقة:

المفهوم	الإضافة الجديدة
• الوطنية	
• المواطنة	

الفرق بين حقوق المواطن وواجباته:

- **الحقوق:** مجموعة من الامتيازات والخدمات التي تُقدّمها الدولة لمواطنيها.
- **الواجبات:** التزام يتكفّل به المواطن تجاه دولته ومجتمعه.

واجبات الدولة (حقوق المواطن)	واجبات المواطن (حقوق الدولة)
• حماية الإسلام في عقيدته وأخلاقه وتنفيذ تشريعاته وأحكامه.	• السمع والطاعة لولي الأمر خادم الحرمين الشريفين (البيعة).
• تحقيق الأمن الداخلي والدفاع الخارجي.	• الإسهام في تنمية الاقتصاد الوطني بالعمل المنتج المتقن.
• تطبيق العدل والمساواة.	• المحافظة على الممتلكات العامة ومرافق الخدمات.
• توفير الخدمات العامة للمواطنين.	• حماية الوطن من المتآمرين عليه؛ للنيل من استقراره وأمنه.
• العناية بالشؤون الاقتصادية وإنعاش الاقتصاد.	• تلبية نداء الدفاع عن الوطن.
• تأمين الحريات للمواطنين بأنواعها المختلفة في ضوء تعاليم الإسلام.	• الاعتزاز بالوطن وعدم امتهان كرامته.
	• التكافل والتآزر بين أفراده.

مستويات تكوين الشعور بالمواطنة:

1. إحساس الفرد باحترامه للروابط التي تربطه بأفراد المجتمع (الدم، الجوار، الموطن، نمط الحياة ومايميزها من العادات والتقاليد والنُظم والقوانين).
2. تقدير الفرد لتاريخ وطنه وجذوره الراسخة على مر العصور، وإحساسه بدوره في حفظ التراث وتحقيق الإنجازات لبناء المستقبل الزاهر لوطنه ومجتمعه.
3. المشاركة والتفاعل الصادق مع مجتمعه ووطنه في المنشط والمكره.
4. السعي لكي يكون الفرد على درجة من الكفاءة (الاقتصادية، السياسية، والاجتماعية) والعمل وفق هذا الشعور لخدمة وطنه.
5. إيمان الفرد بأهمية دوره الوطني في التأثير في الحياة العامة، ومشاركته في اتخاذ القرارات.

فكِّر

هل تتعارض الوطنية مع الإسلام؟

العلاقة بين القيم الدينية والمواطنة:

المشاعر والأحاسيس والعواطف نحو الوطن أمر فطري في النفوس، لا تتعارض مع القيم الدينية وتعاليم الإسلام، وفي حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها قالت: قال رسول الله ﷺ: (اللَّهُمَّ حَبِّبْ إلَيْنا المَدِينَةَ كَحُبِّنا مَكَّةَ، أوْ أشَدَّ) [1] .

(1) صحيح البخاري 3926.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

عوامل مساعدة على تنمية حب الوطن:

عوامل تساعد على تنمية حب الوطن

- المشاركة في الأعمال التطوعيّة والخيريّة التي تخدم المجتمع.
- الالتزام بالقوانين والقواعد السلوكية.
- اختيار أسلوب الحوار الواعي في حل المشكلات والنزاعات التي تقع بين الأفراد والجماعات.
- احترام عادات وتقاليد وأعراف المجتمع.
- الالتزام بتقدير الرموز الوطنية، كالنشيد الوطني، والعلم.

نشاط 3

مشروع (سلام للتواصل الحضاري) من المشروعات الوطنية الرائدة التي تهدف؛ لبناء وإيصال صورة حقيقية عن المملكة العربية السعودية، من خلال تقديم منجزاتها الحضارية في التعايش والتنوع وبناء السلام العالمي. امسح رمز الاستجابة الآتي؛ ثم وضح كيف يمكنك الاستفادة من البرامج المتوفرة.

....

....

مهارات تساعد على تحقيق سلوك المواطنة الفاعلة:

- تنمية مهارة المسؤولية الشخصية.
- تنمية مهارة المسؤولية الاجتماعية.
- تنمية مهارة المسؤولية تجاه الوطن.

فائدة

تعمل المملكة العربية السعودية على خلق فرص عمل مناسبة للمواطنين عبر دعم ريادة الأعمال، وبرامج الخصخصة، والاستثمار في الصناعات الجديدة، ومساعدة رواد الأعمال على النجاح عبر وضع أنظمة ولوائح أفضل، وتمويل أكثر يسرًا، وشراكات دولية أكثر، وحصة أكبر للشركات المحلية من المشتريات والمنافسات الحكومية، ودعم الأسر المنتجة التي أتاحت لها وسائل التواصل الحديثة فرصًا تسويقية واسعة من خلال تسهيل فرص؛ لتمويل المشروعات المتناهية الصغر.

نشاط 4

تباهى بوطنك بالتقاط صور جميلة معبرة؛ لمعالم المملكة العربية السعودية مستخدمًا التصوير الفوتوغرافي، ثم أضفها إلى ملف أعمالك.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 5

بالرجوع إلى مصادر المعرفة الموثوقة، اكتب مقالًا قصيرًا في أحد الموضوعات الآتية ملتزمًا بحقوق الملكية الفكرية:

- **وطني وطن التوحيد والمجد.**
- **ثروات بلادي.**
- **حرمة الخروج على ولي الأمر - مع الاستدلال.**
- **يوم العلم السعودي.**

....

....

....

....

إثراء

الإستراتيجية الوطنية للملكية الفكرية.

أطلق صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز آل سعود، ولي العهد رئيس مجلس الوزراء، الإستراتيجية الوطنية للملكية الفكرية، التي تعد إحدى ممكنات تحقيق مستهدفات رؤية المملكة 2030، والهادفة إلى بناء منظومة للملكية الفكرية تدعم الاقتصاد القائم على الابتكار والإبداع من خلال إنشاء سلسلة قيمة للملكية الفكرية تحفّز تنافسية الابتكار والإبداع وتدعم النمو الاقتصادي؛ لتصبح المملكة العربية السعودية رائدةً في مجال الملكية الفكرية. لمزيد من المعلومات يمكنك الاطلاع على موقع الهيئة السعودية للملكية الفكرية.

التقويم

1. اكتب خمس عبارات من إنشائك تعبر عن مفهوم الوطنية.

أ. ....

ب. ....

ج. ....

د. ....

هـ. ....

2. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة فيما يأتي:

- يوافق اليوم الوطني للمملكة العربية السعودية يوم 23 من شهر سبتمبر. ( )
- الوطنية أوسع مفهومًا من المواطنة. ( )
- البيعة تمثل عهدًا بين المواطنين وحكامهم. ( )

3. كيف تُسهم الأسرة السعودية في تعزيز الانتماء للوطن، وتنمية سلوك المواطن الصالح في أبنائها؟

....

....

....

4. يعد العلم والنشيد الوطني من الرموز المميزة في نفوس المواطنين، تحدث عن شعورك تجاه هذين الرمزين.

....

....

....

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

الدرس الثالث: المسؤولية الاجتماعية.

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم المسؤولية.
- أن أعرِّف مفهوم السلوك المسؤول.
- أن أحلِّل شروط تحقق المسؤولية والمواظبة على العمل.
- أن أوضِّح معنى المسؤولية في علم الاجتماع.
- أن أوضِّح معنى المسؤولية في علم النفس.
- أن أشرح معنى المسؤولية المجتمعية في ضوء رؤية المملكة 2030.
- أن أبيِّن علاقة المسؤولية باتخاذ القرار والمواطنة.
- أن أحدِّد العلاقة بين المسؤولية والاعتماد على النفس والثقة بها.

مفاهيم الدَّرس

- المسؤولية (Responsibility)
- السلوك المسؤول (Responsible Behaviour)

كرَّم الله الإنسان بالعقل وهو إدراك القلب وتمييزه كما قال تعالى:﴿ أَفَلَمْ يَسِيرُوا۟ فِى ٱلْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَآ أَوْ ءَاذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا ۖ فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى ٱلْأَبْصَٰرُ وَلَٰكِن تَعْمَى ٱلْقُلُوبُ ٱلَّتِى فِى ٱلصُّدُورِ ﴾ [1].

وميزه به عن سائر المخلوقات؛ حتى يتمكن من التمييز بين الخير والشر، عن النعمان بن بشير رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: (ألا وإن في الجسدِ مُضغَةً: إذا صلَحَتْ صلَح الجسدُ كلُّه) [2]. إن التمتع بالعقل والشعور بالواجب وإدراك الإنسان ذلك إدراكًا كاملًا يدفعه؛ للقيام بمسؤولياته على خير وجه وتحمُّل نتائجها ﴿ وَقِفُوهُمْ ۖ إِنَّهُم مَّسْـُٔولُونَ ﴾ [3].

(1) سورة الحج الآية رقم (46) .
(2) صحيح البخاري: 52 .
(3) سورة الصافات الآية رقم (24).

نشاط 1

وقف المتهم يدافع عن براءته أمام المحكمة قائلًا: أنه لم يكن يعلم بالضوابط التي تم استحداثها بشأن تصريح الحج، بالرغم من إطلاق الحملات التعريفية والتوعوية بهذا الشأن، حيث لم يكن يعلم بمقدار الغرامة والعقوبة، وبناء عليه يرى أنه مستحق للعفو، ولا يعد مسؤولًا عن المخالفة. فأجابه القاضي متهكمًا: هذا النظام موجود منذ سنوات وتتكرر الحملات التوعوية وتنشط في جميع وسائل التواصل حرصًا على سلامة وأمن الوطن والمواطن والحاج، وعليه نلزمك بتسديد الغرامة وتنفيذ العقوبة الصادرة بهذا الشأن.

- ما رأيك بدفاع المدعى عليه عن نفسه؟

....

....

....

....

- هل حكم القاضي حكمًا عادلًا؟ ولماذا؟

....

....

....

....

تعريف المسؤولية:

إقرار المرء بما يصدر عنه من أفعال وأقوال، واستعداده العقلي والنفسي؛ لتحمل ما يترتب على أقواله وأفعاله من نتائج.

تعريف السلوك المسؤول:

الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب وفي الوقت المحدد.

ما معنى أن أكون مسؤولًا؟

- أن أكون ملتزمًا في أداء عملي وواجبي.
- أن ألتزم بكل ما يصدر عني من قول أو عمل.
- أن أختار ما يناسبني دون إضرار بالآخرين.
- أن أجعل لكل سلوك أو تصرف معيارًا أحتكم إليه؛ ليتوافق سلوكي مع سلوك أفراد مجتمعي.
- أن أتحمل تبعات ما اتخذته من إجراءات في العمل.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

المسؤولية في علم الاجتماع:

من الضروري أن يكون مسلك الفرد وفق أصول وقواعد المجتمع، وعهود الأفراد المتبادلة والمواثيق. وتتحقق بأعلى درجاتها حينما (يشارك الإنسان في مصير الإنسانية)، يقول (برومان): «**لا يوجد هروب إلى العزلة فسلوكنا له تأثير على المعيار العالمي، وسلوك الآخرين أحيانًا يكون له تأثير علينا**».

فائدة

تهدف برامج المسؤولية المجتمعية إلى:

- **تحقيق التواصل، والتفاعل، والتماسك بين أفراد المجتمع ومؤسساته.**
- **تشجيع المؤسسات لتحقيق التوازن بين الربح المادي وخدمة المجتمع وسلامة البيئة.**
- **التسويق الاجتماعي لمشاريع وبرامج المسؤولية المجتمعية التي توائم بين الرفاه المجتمعي والعمل المؤسسي.**

المسؤولية في علم النفس:

النظرية السلوكية: تهتم بتحديد العمر الزمني والعمر العقلي، الذي يكون فيه الفرد مسؤولًا عن أفعاله، وتركز على ثلاثة أساليب؛ لتشكيل السلوك المسؤول:

ثواب | **عقاب** | **قدوة**

نشاط 2

وجدت إحدى الشركات أنها أخطأت في أحد الإعلانات عن أحد الأجهزة الكهربائية، حيث أعلنت أن الجهاز رخيص السعر واستخداماته كثيرة، وعند عرضه بالأسواق تبين أن سعره أعلى بكثير من السعر المستحق المعلن عنه واستخداماته محدودة جدًا.

ما المسؤولية التي تقع على عاتق الشركة في هذا الموقف تجاه كل من:

- **الوكيل المعتمد لهذا الجهاز:**

....

....

- **المشتري:**

....

....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

المسؤولية المجتمعية في رؤية المملكة 2030:

جاءت رؤية المملكة 2030 لتؤكد أهمية المسؤولية المجتمعية، حيث تعتمد الرؤية على ثلاث محاور أساسية وهي المجتمع الحيوي والاقتصاد المزدهر والوطن الطموح، وكل محور من هذه المحاور تضمن عددًا من الالتزامات والأهداف التي تمثل نموذجًا للمسؤولية المجتمعية التي تهدف إلى تحقيق التنمية المستدامة، وذلك عن طريق استغلال الموارد المتاحة والثروات الهائلة التي حباها الله لهذه البلاد بشكل أكثر كفاءة وفاعليه واستدامة -بإذن الله- من خلال تحقيق المواطنة المسؤولة، والحكومة الفاعلة ، والاستغلال الأمثل للموارد وخلق بيئة تنافسية جاذبة، وفرص مثمرة على أساس متين من القيم الراسخة.

إن المسؤولية المجتمعية ليست برنامجًا إنسانيًّا أو اجتماعيًّا، وإنما هو منهج إداري يقوم على اعتبار المسؤولية المجتمعية جزء أساسي وملموس في إستراتيجية أي مؤسسة، وأهدافها الاقتصادية، حيث أن السلوك المسؤول الملتزم؛ ينتج عنه نجاح عملي مستدام.

نشاط 3

ما مسؤوليتك تجاه الحي الذي تسكن فيه وفق مفهوم رؤية المملكة 2030 للمجتمع الحيوي؟ مع التوضيح بالأمثلة.

....

....

....

....

شروط تحقق المسؤولية:

- القدرة على التمييز بين الخير والشر.
- العلم بالعواقب.
- النية والقصد من العمل.
- الإرادة والاختيار.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

إثراء

منصة إحسان

جاءت منظومة إحسان الصادرة بالأمر السامي رقم (48019) وتاريخه (1441/08/13هـ) لتعمل على استثمار البيانات والذكاء الاصطناعي؛ لتعظيم أثر المشاريع والخدمات التنموية واستدامتها، من خلال تقديم الحلول التقنية المتقدمة وبناء منظومة فاعلة عبر الشراكات مع القطاعات الحكومية والخاصة وغير الربحية، بهدف تعزيز دور المملكة العربية السعودية الريادي في الأعمال التنموية والخيرية، ورفع مساهمة القطاع غير الربحي في إجمالي الناتج المحلي، امسح رمز الاستجابة الآتي، وتعرف على دور المسؤولية الاجتماعية في منصة إحسان.

إحسان

المسؤولية وعلاقتها بكل من:

اتخاذ القرار	المواطنة
إذا أصبح الإنسان مسؤولاً مسؤولية كاملة عن القيام بأفعاله فقد بات أقدر على اتخاذ القرار بشأن الواجبات الموكلة إليه مثال: (الوالد تجاه أبنائه). وعندما يكون الإنسان قادرًا على اتخاذ القرار فهو حينئذ مسؤول عن تحمل تبعات هذا القرار.	تحمل المسؤولية من أهم خصال المواطنة. فالمواطنة التزام، والالتزام مسؤولية، والمسؤولية هي وعي الذات الذي تنتمي إليه، و ذلك هو أحد أهداف المواطنة.

المسؤولية وعلاقتها بالاعتماد على النفس والثقة والمواطنة الصالحة:

الأفراد الذين يفتقرون إلى معرفة ذاتهم، والاعتماد على قدراتهم هم أولئك الذين يتهربون من المسؤولية بالانزواء والتطرف، ويعيشون في عزلة عن المجتمع.

تذكر

تحمل المسؤولية هو ذلك الجسر الذي تعبر به النفس تجاه الثقة، والذاتية والإيجابية والمواطنة الصالحة.

نشاط 4

كلف معلم المهارات الحياتية مجموعة من الطلاب في المدرسة الثانوية؛ بزيارة لدار الأيتام تحقيقًا لأهداف المسؤولية الاجتماعية.

من منطلق هذا الموقف ناقش الأثر الاجتماعي المستخلص من هذه الزيارة.

....

....

التقويم

1. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة، مع تصويب الخطأ:.

- يربط علماء الاجتماع بين العمر الزمني والعمر العقلي؛ لتكوين المسؤولية الفردية عن السلوك. ( )
- النظرية السلوكية تركز على أسلوبين؛ لتشكيل السلوك المسؤول هما: الثواب والعقاب. ( )

2. حدد نمط الشخصية المتوقعة لشخص تُمارس عليه أنماط السلوك الآتية:

السلوك	نمط الشخصية		
	مستقلة	متمردة	تابعة
• مساءلة مستمرة وتوبيخ			
• تمييز بالمعاملة			
• حب معتدل ومحاسبة			

3. فسر معنى العبارة الاتية : "يوجد علاقة بين المسؤولية والثقة بالنفس" ؟

....

....

....

4. حدد نوع المسؤولية الاجتماعية المناطة بك في حدود محيطك المجتمعي:

الأسري	
المدرسي	
الوطني	
العالمي	

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

الدرس الرابع: التكيف مع الأزمات الاجتماعية

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم الأزمة.
- أن أوضِّح مفهوم الأزمة الاجتماعية.
- أن أحدِّد صفات الأزمة.
- أن أحلِّل أنواع الأزمات من حيث التأثير على المجتمع.
- أن أبيِّن طرق التعامل مع الأزمات.
- أن أعدِّد خطوات الأسلوب العلمي والمنهج المتكامل لمواجهة الأزمات.

مفاهيم الدَّرس

- الأزمة (Crisis)
- الأزمة الاجتماعية (Social Crisis)

الأزمات بأنواعها المختلفة كالاقتصادية أو الاجتماعية أو الإدارية أو البيئية (الطبيعية) ونحوها ، قديمة قدم التاريخ، وهي جزء من نسيج الحياة الإنسانية في أي مجتمع وسمة من سمات الحياة المعاصرة، وفي عصرنا الحالي ازداد تأثير هذه الأزمات وخطورتها، فهنالك العديد من الأزمات التي تواجه المجتمع إما بصفة دورية، أو بصفة عشوائية وبالنظر إلى هذه الأزمات نجد إنها قد تسببت في الماضي في خسائر وأضرار كثيرة للفرد والمجتمع سواء من الناحية الاجتماعية أو الصحية، أو السياسية أو الاقتصادية وكذلك الإدارية وغيرها.

والأزمات أمر غير محبب للنفس، لأنها تشعرنا بعدم الاستقرار والتغيير المفاجئ، محدثة الشعور بالارتباك والقلق، وربما اتخاذ القرارات الارتجالية، والمتسرعة غير المدروسة التي تزيد الأمر سوءًا.

تعريف الأزمة:

الأزمة حالة توتر تنتج عن موقف طارئ ونقطة تحول في حياة الفرد والجماعة والمجتمع، وتتطلب قرارًا ينتج عنه مواقف جديدة، تؤثر في مختلف الكيانات ذات العلاقة.

تعريف الأزمة الاجتماعية:

موقف طارئ يتعرض له الأفراد أو المجتمعات ويكون له تأثير على أفعالهم وعاداتهم، ويعيق أداءهم الاجتماعي.

فائدة

الأزمة لحظة حرجة وحاسمة، تتعلق بمصير أي كيان يـصاب بهـا، وتمثل صعوبة حادة أمام متخذ القرار.

الأزمة هي حدث يتصف بالآتي:

- وقوع الحدث فجأة دون توقع.
- إحداث خسائر مالية، أو مادية أو بشرية أو نفسية.
- التسبب في خلق مشكلات جديدة.
- قلة المعلومات (الغموض).
- فقدان السيطرة.
- التصاعد والتسارع في الأحداث.

نشاط 1

للأزمة جوانب سلبية وأخرى إيجابية. بالتعاون مع مجموعتك، دون ثلاثة جوانب إيجابية وثلاثة جوانب سلبية.

م	الجوانب الإيجابية	الجوانب السلبية
1		
2		
3		

أنواع الأزمات من حيث التَّأثير على المجتمع:

1. **أزمات محدودة التَّأثير:** وهي أزمة وليدة ظروفها، تحدث عادة دون أن تترك بصمات أو معالم واضحة على المجتمع الذي حدثت فيه.

تذكر أنَّ جميع الأنظمة لا تنجو من تأثير الأزمات.

2. **أزمات جوهرية التَّأثير:** وهـذا النوع يختلف اختلافًا كاملًا عـن النوع الأول من حيث اتصاله ببناء المجتمع وأداء هذا البناء بالشَّكل الـذي يضع قيدًا محددًا على حركته.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 2

هنــاك أنواع كثــيرة للأزمات منهــا الاقتصادية والبيئيــة والثقافية...وغيرها، هــات مثالًا على أحد هذه الأنــواع، مبينًا مدى تأثيرها عــلى المجتمع؟

نوع الأزمة	مثال	تأثيرها على المجتمع
محدودة التأثير		
جوهرية التأثير		

طرق التَّعامل مع الأزمات:

1. **طريقة فريق العمل:** هي أكثر الطرق شيوعًا واستخدامًا للتعامل مع الأزمات حيث يُشكَّل فريق من خبراء متنوعين التخصصات في مجالات مختلفة، ومتأثرة بالأزمة بهدف تقييم كل عنصر من عناصر الأزمة من كافة الجوانب، ومن ثم تحديد آلية التعامل معها، وصولًا إلى حلها بالشكل العلمي السليم.

فائدة

يمثــل أســلوب التَّعامل مــع الأزمة أهــم العوامل المــؤثرة في تطور الأزمــة أو القضاء عليها.

2. **طريقة الاحتياطي:** تقوم هذه الطريقة على أساس تحديد المناطق الضعيفة التي يمكن لعوامل الأزمات اختراقها، ومن ثم إعداد احتياطي وقائي يمثل حاجزًا إضافيًّا وقائيًّا لمواجهة أي اختراق للمناطق والحواجز المحددة.
3. **طريقة المشاركة المجتمعية:** وتقوم هذه الطريقة على الإفصاح عن وجود الأزمة، وعن مداها وعن خطورتها، وعن الخطوات التي اتخذت في سبيل التعامل معها، وتحديد المطلوب لنجاح خطة المواجهة بمشاركة الجميع.
4. **طريقة الاحتواء:** تعتمد هذه الطريقة على محاصرة الأزمة، أو حصرها في نطاق محدود وتجميدها أو تحويل مسارها.

فائدة

المســاندة الاجتماعية تعنــي إنَّ علاقاتنا مع الآخرين توفر لنا وســائل مهمة في مواجهة مســتويات الضغوط والأزمات كافة. فالمســاندة الاجتماعية لها دوران رئيســان في تأمين الحماية النفســية والاجتماعية من خلال شــبكة العلاقات التــي نمتلكها مع الآخرين، ومن خــلال مواجهة أحداث الحيــاة وأزماتها المتلاحقة بشــكل إيجابي وبفاعلية.

خطوات الأسلوب العلمي والمنهج المتكامل لمواجهة الأزمات

- تقدير الموقف والدراسات الميدانية لأبعاد الأزمة.
- تحليل الموقف والدراسات التحليلية للأزمة.
- التخطيط العلمي والمتكامل للتعامل مع الأزمة.
- التدخل الفعلي لمعالجة الأزمة.

الارتداد أو الارتجاع للأزمة:

قد تعود الأزمة للظهور مرة أخرى بعد انحسارها، أو انتهائها بشدة وبطرق جديدة نوعًا ما، وقد تكون أشد من السابق، لكن ما يميز مرحلة المواجهة الثانية أن المجتمع أصبح يمتلك بعض المعلومات المفيدة عنها، وعن طرق التعامل معها، مما يقلل خسائرها المحتملة.

فائدة

الاعتراف بالأزمة يعد أول مرحلة من مراحل علاجها، بينما إنكارها أو تجاهلها يزيد من تفاقمها.

إثراء

فيروس كورونا كوفيد (COVID 19)

شهد نهاية عام 2019م تفشي فيروس كورونا (COVID 19) المستجد في الصين، ثم بدأت الجائحة بالانتشار في جميع دول العالم تقريبًا، والمملكة العربية السعودية ممثلة بقيادتها الحكيمة، أدركت أنه لابد لها من أن تتجاوز جميع الحدود التقليدية، لكي تقوم بمواجهة هذه الأزمة على أكمل وجه، والاستعداد لتبعاتها؛ لأنها ليست مجرد عارض صحي عالمي قوي وحسب، بل هي جملة عوارض اجتماعية، واقتصادية، وسياسية، وثقافية، ودينية. ناهيك عن انعكاساتها على البيئة وعلى الجوانب النفسية والسلوكية للناس، وعلى التعليم، وعلى سائر أوجه الحياة المدنية.

التقويم

1. قارن بين كلٍّ من:
الأزمة الاقتصادية والأزمة الصحية من حيث أوجه الشبة والاختلاف بينهما؟

نوع الأزمة	الأزمة الصحية	الأزمة الاقتصادية
• أوجه الشبه		
• أوجه الاختلاف		

2. عدِّد بعض الأزمات العالمية، واذكر كيف تم التعامل معها؛ لتقليل آثارها؟ واكتب مقترحاتك حولها لوكنت مسؤولًا.

....

....

....

....

3. اربط كل عبارة في المجموعة (أ) بما يناسبها في المجموعة (ب):

مجموعة (أ)
عدم كفاية الخدمات لمنطقة ما.
قلة الوعي بالضوابط الصحية.
هبوط الأسهم العالمية.
انتشار العلب البلاستيكية في الحدائق العامة.
هجرة أفراد من موطنهم الأصلي إلى بلد آخر .

مجموعة (ب)
أزمة سياسية.
أزمة اقتصادية.
أزمة صحية.
أزمة إدارية.
أزمة بيئية.
أزمة اجتماعية.
أزمة أسرية.

4. باستخدام خطوات الأسلوب العلمي والمنهج المتكامل في التعامل مع الأزمات، حدد أزمة اجتماعية قد تحدث خلال الأعوام القادمة في العالم. وقدم حلولًا؛ لتفاديها أو التقليل من آثارها.

....

....

....

....

....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

الدَّرس الخامس: التَّرفيه والسِّياحة

أهداف الدَّرس:

- أن أعرِّف مفهوم الترفيه.
- أن أوضِّح معنى الترفيه في الإسلام.
- أن أعلِّل أهمية الترفيه.
- أن أحدِّد ضوابط الترفيه.
- أن أُعرِّف مفهوم السياحة.
- أن أحدِّد أنواع السياحة.
- أن أبيِّن معنى السياحة الوافدة.
- أن أقدم أمثلة على مهارات التعامل الجيد مع السياح.

مفاهيم الدَّرس

- التَّرفيه (Entertainment)
- السِّياحة (Tourism)
- التَّرويح (Recreation)

تعد السياحة والترفيه اليوم من أهم الظواهر الاقتصادية والاجتماعية، فهما قطاع إنتاجي مهم في كثير من دول العالم. وهو من أسرع القطاعات الاقتصادية من حيث النمو المطرد. وتسير رؤية المملكة العربية السعودية 2030، نحو خطط واعدة للتطوير، والجذب السياحي والترفيهي، وتسعى لكي يكون القطاع السياحي والترفيهي أحد الروافد الاقتصادية لتنويع الدخل، فقد سهلت إجراءات تأشيرة الزيارة، وزاد الاهتمام بالمواقع التاريخية والتراثية. ويشهد القطاع اهتمامًا متزايدًا وخططًا تطويرية متنامية، وقد أثمرت الجهود الرامية على صعيد تطوير القطاع السياحي والترفيهي في المملكة العربية السعودية إلى ارتفاع ملحوظ في أعداد الزائرين، والسياح وقاصدي الأراضي السعودية.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

العلاقة بين الترويح والترفيه:

قبل أن نوضح المقصود بمصطلح الترفيه، لابد من الإشارة إلى مصطلحات شديدة التقارب في المعنى والدلالة كالترويح واللعب والتسلية واللهو، وغيرها من الكلمات التي لها علاقة وثيقة بمعنى الترفيه أو أنها تكاد تكون مرادفة له، فكلها تدور حول إدخال السرور على النفس؛ بممارسة نشاط فكري أو جسدي.

مفهوم الترفيه: المقصود بالترفيه في اللغة التنفيس عن النفس البشرية بعد الضيق.

مفهوم الترويح: كل نشاط يمارسه الإنسان في وقت فراغه، بهدف أن ينمي ويدعم ويزيد ويضيف إلى قدراته واستعداداته المختلفة سواءً كانت جسمية، أو عقلية أو نفسية أو اجتماعية.

فالترفيه والترويح هما تلك الأوجه من النشاط والخبرات التي يمارسها الفرد في وقت الفراغ، ويختارها وفقًا لرغباته الخاصة، بغرض تحقيق السرور والمتعة الشخصية والاجتماعية.

فائدة

الترفيه يحقق السعادة والتوازن الإنساني، ويُحسن من جودة الحياة.

نشاط 1

اذكر إحدى الفعاليات الترفيهية التي أقيمت بمنطقتك هذا العام، وسجل انطباعاتك عنها.

....

....

....

الترفيه في الإسلام:

اتسمت الشريعة الإسلامية بالتكامل والتوازن، فكما أنها اعتنت بحاجات الإنسان الجسدية؛ فإنها لم تغفل عن احتياجاته النفسية والرُّوحية، وكما أنها خصصت أوقاتًا محددة لكثير من العبادات؛ فإنها أباحت الترويح الذي لا يتنافى وآداب الإسلام وتعاليمه. قال ﷺ (لَو تدومونَ على الحالِ الَّتي تقومونَ بها من عندي لصافحَتكمُ الملائِكَةُ في مجالسِكُم ، وفي طرقِكُم ، وعلى فُرُشِكُم ، ولَكِن يا حنظلةُ ساعةً وساعةً ساعةً وساعةً) [1] .

عن عائشة رضي الله عنها قالت: " وَاللَّهِ لقَدْ رَأَيْتُ رَسولَ الله ﷺ يَقُومُ علَى بَابِ حُجْرَتي، وَالْحَبَشَةُ يَلْعَبُونَ بحِرَابِهِمْ، في مَسْجِدِ رَسولِ اللهِ ﷺ، يَسْتُرُني بردَائِهِ، لِكَيْ أَنْظُرَ إلى لَعِبِهِمْ، ثُمَّ يَقُومُ مِن أَجْلِي، حتَّى أَكُونَ أَنَا الَّتي أَنْصَرِفُ، فَاقْدِرُوا قَدْرَ الجَارِيَةِ الحَدِيثَةِ السِّنِّ، حَرِيصَةً علَى اللَّهْوِ [2].

(1) صحيح الترمذي 2514 .

(2) صحيح مسلم 892.

نشاط 2

تحدَّث عن مشاركتك في أحد الأنشطة بالمدرسة، واذكر الفوائد التي حصلت عليها من خلال هذه الأنشطة.

فائدة

تكمن أهمية الترفيه عند الإنسان في كونه وسيلة إيجابية للتوافق مع طبيعة الحياة الإنسانية، فالترفيه يخفف من ضغوط الحياة، والمشكلات الاجتماعية والنفسية.

أهمية الترفيه:

1. تلبية الاحتياجات الضرورية لحياة الإنسان.
2. الوقاية من الأزمات الصحية، والأمراض النفسية كالقلق والاكتئاب.
3. الترفيه والترويح اشتغال بالنافع المفيد.
4. تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة كالتعاون، واحترام القانون واحترام حقوق الآخرين وغيرها.
5. تكوين وتوطيد الصداقات من خلال المشاركة في جماعة اللعب والهوايات.
6. الشعور بالانتماء للمجموعة من خلال المشاركة في الفعاليات؛ لتحقيق الأهداف المشتركة.
7. تنمية القدرة على التفاهم مع الآخرين.
8. التدرب على القيادة من خلال تبادل الأدوار في المجموعة.
9. الإبداع والابتكار وتطوير الصحة العقلية.
10. إكساب الأفراد والمجتمعات خبرات ومهارات، وأنماط معرفية متعددة من خلال البرامج الترويحية.

إثراء

GEA
الهيئة العامة للترفيه
General Entertainment Authority

تماشياً مع رؤية المملكة العربية السعودية 2030، تأسست الهيئة العامة للترفيه في 30 رجب 1437هـ الموافق 7 مايو 2016، لتقوم على تنظيم وتنمية قطاع الترفيه في المملكة، وتوفير الخيارات والفرص الترفيهية لكافة شرائح المجتمع في كل مناطق المملكة، لإثراء الحياة ورسم البهجة. كما تسعى إلى تطوير قطاع ترفيهي مستدام يساهم في دعم الاقتصاد الوطني وتنويع مصادر دخله، والمساهمة في رفع الناتج المحلي الإجمالي، وتوليد الفرص الوظيفية للكوادر السعودية، لمعرفة المزيد عن الهيئة العامة للترفيه يمكنك الاطلاع على الموقع الإلكتروني للهيئة.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشاط 3

ارصد أهم الإيجابيات التي شاهدتها في مواسم ترفيه السعودية.

....

....

ضوابط الترفيه:

1. أن يكون النشاط الترفيهي وسيلة وليس غاية، يُمارس لشغل وقت الفراغ.
2. أن يكون خاليًا من المحرمات والمخالفات الشرعية والقانونية.
3. لا يترتب على ممارسته تعريض النفس أو الآخرين للخطر.
4. لا يتعارض وقت ممارسة النشاط الترفيهي والترويحي مع وقت الصلاة، والعبادات ولا مع أوقات العمل الرسمي.
5. لا يسبب إزعاج أو مضايقة الآخرين.
6. لا يترتب عليه إفساد أو تلوث المكان.
7. أن يُمارس في الأماكن المخصصة.
8. أن يكون النشاط الترفيهي والترويحي مناسبًا، للممارسين له.
9. أن يكون النشاط الترفيهي والترويحي مناسبًا للذوق العام.

مفهوم السِّياحة:

يعرِّف علم الاجتماع السياحة بأنها: هي ظاهرة اجتماعية متصلة بالعلاقات الاجتماعية بين الأشخاص والاتصال الاجتماعي، فهي مجموعة من العلاقات المتبادلة التي تنشأ بين السائح وبين الأشخاص الموجودين في المكان الذي قصده السائح.

فائدة

تساعد السياحة على تخفيض نسبة البطالة من خلال خلق وظائف جديدة.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

أنواع السياحة:

تعددت أنواع السياحة تبعًا للدوافع والرغبـات والاحتياجات المختلفة المحركة لها؛ حيث قامت عدة دول سياحية بتصنيف أنواع السياحة المختلفة وفقًا لعدد من المعايير التي تتناسب مع ظروفها، وموقعها وإمكاناتها السياحية.

من أهم الأنواع وأكثرها شهرة:

1. سياحة التعليم والتدريب.
2. سياحة الاستكشاف.
3. سياحة المغامرات والمخاطر.
4. سياحة المناسبات التاريخية.
5. سياحة مراقبة الحياة البرية.
6. السياحة العلاجية.
7. السياحة التاريخية.
8. السياحة الرياضية.
9. سياحة الصحة والنقاهة واستعادة الشباب.
10. سياحة الندوات والمؤتمرات.
11. سياحة الفئات العمرية
12. سياحة المناسبات الشخصية.
13. سياحة التسوق.
14. سياحة الجذور والحنين للوطن.
15. السياحة الجغرافية.
16. سياحة ممارسة الهوايات.
17. سياحة تنوع المقاصد السياحية.

السِّياحة الوافدة:

السَّائح الوافد: هو الشخص الذي ينتقل من بلده الذي اعتاد الإقامة فيها إلى بلد آخر، خارج الحدود، لأي غرض كان، بما لا يقل عن 24 ساعة ولا يزيد عن ثلاثة أشهر، ولا يكون خروجه مرتبطًا بعقد عمل.

السياحة في المملكة العربية السعودية

تتوجه أنظار الملايين من السياح إلى المملكة العربية السعودية؛ لكونها أحد الوجهات العالمية للزيارة والاستكشاف، وباعتبارها مهد الحضارة الإسلامية، ولموقعها الجغرافي الذي يعد مركز تقاطع القارات الذي عبره الحجاج والتجار منذ آلاف السنين، وتضم المملكة العربية السعودية ثقافة غنية وتراثًا زاخرًا لا يضاهيها فيه أي مكان آخر في العالم.

في سبتمبر 2019، أطلقت المملكة العربية السعودية التأشيرة السياحية وفتحت أبوابها للترحيب بالسياح من جميع أنحاء العالم، ومنذ تلك اللحظة، توافد الزوار لاستكشاف تاريخ المملكة العريق ومناظرها الطبيعية الخلابة، وثقافة أهلها وتراثهم وعاداتهم، وقد بدأت المملكة العربية السعودية باستقبال السياح، تأكيدًا على التحول الذي بدأ برؤية 2030 لبناء مستقبل واعد لقطاع السفر والسياحة.

إثراء

وزارة السياحة
Ministry of Tourism

وزارة السياحة هي الوزارة المعنية بتحقيق تنمية مستدامة في القطاع السياحي، من خلال تنظيمها لمختلف البرامج والأنشطة والمبادرات ودعمها للشراكات الفاعلة، وتنميتها للإمكانات البشرية الوطنية، وسعيها لإيجاد فرص عمل جديدة للمواطن السعودي بما يتوافق مع مكانة المملكة ورؤيتها. يمكنك زيارة موقع وزارة السياحة، لمعرفة المزيد حول جهود الوزارة في تنمية القدرات السياحية.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

أعداد السُّياح الوافدين للمملكة وإيراداتهم

العام	عدد سياح المبيت الوافدين (بالمليون)	إنفاق سياح المبيت الوافدين (بالمليار ريال)
2015	17,99	82.5
2016	18,04	93.4
2017	16,11	97.8
2018	15,33	93.5
2019	17,53	103.4

التَّعامل مع السَّائح:

للمواطن دور مهم وبارز في تشجيع السّياحة، وجذب السّياح؛ لذا يجب أن يتعامل المواطن مع السياح كما يحب أن يُعامل عند السفر خارج المملكة العربية السعودية، وهنا بعض التّوجيهات المهمة في التَّعامل، والتي تساعد في جذبهم لزيارة المملكة العربية السعودية مرة أخرى:

- حسن الخلق والبشاشة.
- كرم الضيافة وحسن الاستقبال.
- المبادرة بتقديم المساعدة للسياح عند طلبها.
- عدم المداخلة أثناء شرح المرشد السياحي للسائح قبل استئذانه في ذلك.
- عدم استغلال السياح.
- التعامل مع السائح بصدق وأمانة في عمليات البيع والشراء.
- تربية الأبناء على احترام السُّياح وعدم مضايقتهم.
- تعلّم بعض العبارات الترحيبية بلغات السياح.
- نقل صورة جيدة عن الثقافة السعودية عند التعامل المباشر مع السُّياح.

التقويم

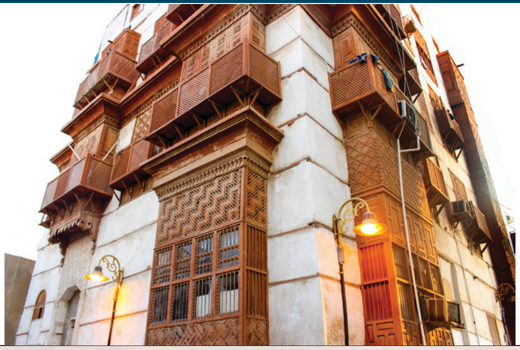
1. عرف الترفيه والسياحة ووضح الفرق بينهما.

....

....

....

2. ضع عنوانًا مناسبًا لكل صورة مما يأتي :

الصورة	العنوان
	

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

الصورة	العنوان

3. برأيك كيف تنقل صور حسنة عن الثقافة السعودية والمجتمع السعودي داخليًا وخارجيًا؟

....

....

....

4. ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (✗) أمام العبارة غير الصحيحة، فيما يأتي:

- أن يكون المواطن حسن الخلق بشوشًا مع السائح. ( )
- من أنواع السياحة سياحة المناسبات التاريخية. ( )
- الترفيه والسياحة متعارضة مع القيم الدينية. ( )

مشروع تقويم الوحدة

عنوان المشروع:

- أكتشفُ العالم

أهداف المشروع:

- اكتساب مهارات التعلم الذاتي المستمر.
- تنمية مهارات العمل الجماعي.
- تبادل الأفكار والمشاركة بين أعضاء المجموعات.
- تطبيق مهارات البحث وجمع المعلومات وتفسيرها وتحليلها وتقويمها.
- تعزيز المهارات التقنية في البحث عن مصادر المعلومات.

فكرة المشروع:

تنفيذ رحلات معرفية لدول العالم بحيث يقسَّم الطلاب إلى مجموعات، ويتاح لهم فرصة اختيار إحدى دول العالم، التي يرغبون زيارتها، وتكليفهم بإعداد عرض تقديمي، واستعراضه أمام المجموعات بحيث يوثق العرض ما أنجزته المجموعة من خلال الآتي:

1. توضيح أسباب اختيار الدولة المرغوب زيارتها من قبل المجموعة.
2. القوانين والأنظمة ونوع الحكم في تلك الدولة، وفي ضوء المعلومات الصادرة عن سفارة المملكة العربية السعودية.
3. أشهر المعالم الوطنية ورموزها كالعلم الرسمي للدولة وشعاراتها.
4. الديانة والعملة المالية، واللغة مع ذكر أبرز الكلمات التي يحتاجها السائح عند الوصول للمطار.
5. الزي الرسمي للسكان، وأشهر الأطعمة الشعبية لديهم.
6. المشروعات الوطنية الرائدة في الدولة.
7. أفضل برامج الدولة في الترفيه والسياحة.
8. أنفوجرافيك يلخص أبرز النصائح التي تقدمها المجموعة للسائح.

الرحلات المعرفية عبر الويب WebQuest	
المقدمة	Introduction
المهام	Tasks
العمليات والإجراءات	Procedures
المصادر	Resources
التقييم	Evaluating
الخاتمة والنتائج	Conclusions

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

ضوابط المشروع:

1. المقدمة:

- أن تكون الرحلة المعرفية شيقة تتوافق مع ميول الطلاب ورغباتهم.
- طرح الأفكار بوضوح.
- تحديد الأهداف المعرفية والأدائية.

2. المهام:

- تحديد الأدوار الأساسية والفرعية لطلاب الرحلة.
- تركز المهمة على أنشطة البحث والتقصي مثل التصميم / المونتاج / الحوار.. الخ-
- تنوع أدوار الطلاب في تنفيذ المهام.

3. العمليات الإجراءات:

تحديد العمليات الخاصة بالمهام من أجل تنفيذها من خلال ربط كل مهمة بمصادرها واختلاف أنواعها.

4. المصادر:

حماية حقوق الملكية الفكرية بربط كل مهمة بمصادرها، وذلك بالرجوع إلى المراجع المتخصصة.

5. التقييم:

- تقويم أعضاء المجموعة بعضهم بعضًا في الرحلة المختارة.
- تقويم الطالب لذاته.

6. الخاتمة والنتائج:

- العرض التقني لما تم إنجازه من قبل أعضاء المجموعة في الحصة الدراسية تحت إشراف معلم المادة.
- تحديد الإيجابيات التي أسهمت في الإثراء المعرفي والاجتماعي لكل عضو من أعضاء المجموعة.
- تحديد الصعوبات التي واجهت المجموعة مع إيضاح سبل معالجتها.
- إعداد تقرير المشروع النهائي (عرض تقديمي) لكل مجموعة من مجموعات الصف.